

GUÍA PRÁCTICA PARA LOS CENTROS EDUCATIVOS SOBRE CÓMO APLICAR UN ENFOQUE INTEGRAL DE LA ALIMENTACIÓN ESCOLAR - EIAE -

RESULTADO 3.2

Marzo de 2025



Acrónimo del proyecto	SF4C
Número de proyecto	101036763
WP	WP3: Enfoque integral de la alimentación escolar
Coordinación	Rikolto
Autores	Annelies Smets, Femke Van Vaerenbergh
Colaboradores	Paula García Ferrando, Alejandro García Nicolás, Paola Hernández Olivan, Héctor Muelas González, Joan Quiles Izquierdo, Paloma Vicent Balaguer
Resumen	Este manual contiene un conjunto piloto de directrices, buenas prácticas y herramientas para ayudar a los centros educativos a aplicar un enfoque alimentario integral en las escuelas. Debe considerarse un anexo del manual «Cómo aplicar el enfoque alimentario integral en las escuelas: guía práctica para las escuelas».

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
1 POLÍTICA Y LIDERAZGO (PILAR A).....	3
1.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC).....	3
BC.A.1. Grupo de trabajo interno sobre alimentación escolar.....	3
BC.A.2. Una visión escolar sobre alimentación y nutrición.....	5
BC.A.3. Revisión de la cultura alimentaria de la escuela y plan de acción.....	5
BC.A.4. Comunicación sobre la visión de la escuela y comunicación interna sobre las acciones del EIAE.....	6
BC.A.5. Participación activa del alumnado.....	8
1.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC).....	9
AC.A.6. El GT incluye representantes de las familias.....	9
AC.A.7. El GT incluye representantes de la comunidad en general.....	9
AC.A.8. El EIAE está consolidado en la misión, los valores, las políticas, el plan de desarrollo y el plan de estudios de la escuela.....	10
AC.A.9. El EIAE está avalado por la dirección del centro educativo y el consejo escolar.....	10
AC.A.10. Plan de acción anual SMART, basado en la revisión.....	11
AC.A.11. El EIAE forma parte del trabajo sistemático de garantía de calidad de la escuela.....	12
AC.A.12. Comunicación con las familias y el servicio de catering escolar (externo).....	12
AC.A.13. AC.A.13. Amplia comunicación externa sobre el EIAE.....	13
AC.A.14. Embajadores de la alimentación en la escuela y ante las familias.....	14
AC.A.15. Los Embajadores de la Alimentación se inspiran mutuamente en las escuelas de su entorno y en la ciudad.....	14
2 ALIMENTACIÓN Y SOSTENIBILIDAD (PILAR B).....	15
2.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC).....	16
BC.B.1. El comedor como entorno de aprendizaje para una alimentación saludable.....	16
BC.B.2. Animar a los niños y niñas a comer más fruta y verdura en la escuela.....	17
BC.B.3. Proporcionar información sobre el menú (si procede).....	19
BC.B.4. Agua potable gratuita.....	20
BC.B.5. Directrices claras para los almuerzos y/o meriendas.....	21
BC.B.6. Instalaciones adecuadas para niños con necesidades dietéticas especiales.....	22
BC.B.7. La escuela controla el desperdicio de alimentos.....	23
2.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC).....	24
AC.B.8. El comedor como entorno de aprendizaje para una alimentación saludable.....	24
AC.B.9. Comer en la escuela es un momento de aprendizaje agradable para el alumnado.....	25
AC.B.10. El comedor como espacio público dentro y fuera de la comunidad educativa.....	26
AC.B.11. Comidas ricas en vegetales, vegetarianas o basadas en vegetales en la planificación del menú escolar.....	26
AC.B.12. El menú escolar cumple los criterios mínimos de salud y sostenibilidad del SF4C.....	27
AC.B.13. Promoción de agua potable gratuita + limitación de bebidas azucaradas en la escuela.....	27
AC.B.14. Se desaconsejan los alimentos ultraprocesados en el centro.....	28
AC.B.15. Incentivar un entorno saludable alrededor del centro.....	29
AC.B.16. Mecanismos de solidaridad escolar.....	29
AC.B.17. Mecanismos de solidaridad en el entorno escolar.....	30

AC.B.18. La escuela previene y gestiona el desperdicio de alimentos.....	31
3 EDUCACIÓN Y APRENDIZAJE (PILAR C).....	32
3.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC).....	32
BC.C.1. La alimentación en el plan de estudios.....	32
BC.C.2. Actividades de cultivo, cosecha y cocina.....	34
BC.C.3. Talleres temáticos y recursos educativos para docentes y otro personal escolar.....	35
3.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC).....	36
AC.C.4. Eventos y actividades alimentarias educativas en el centro.....	36
AC.C.5. Conocimiento profundo de la alimentación saludable y de la producción y el consumo sostenibles de alimentos.....	37
AC.C.6. La producción de alimentos en la educación del alumnado.....	37
AC.C.7. El centro apoya al alumnado para que lleve a cabo proyectos prácticos in situ.....	38
AC.C.8. Formación del personal de restauración.....	38
AC.C.9. Colaboración entre docentes y personal de comedor.....	39
4 COMUNIDAD Y ASOCIACIÓN (PILAR D).....	40
4.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC).....	40
BC.D.1. El centro ofrece a las familias la oportunidad de participar en las actividades alimentarias de la escuela.....	40
BC.D.2. La escuela comunica a la comunidad en general su visión de la alimentación escolar.....	41
4.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC).....	43
AC.D.3. Talleres temáticos para familias.....	43
AC.D.4. Las familias participan activamente en las actividades alimentarias.....	43
AC.D.5. La escuela comunica ampliamente sus actividades del EIAE.....	44
AC.D.6. La escuela implica activamente a la comunidad escolar en su EIAE.....	45
BUENAS PRÁCTICAS.....	46
HERRAMIENTAS.....	52

INTRODUCCIÓN

Un enfoque integral de la alimentación y la nutrición en la escuela es un planteamiento sostenible que garantiza una buena correspondencia entre lo que el alumnado aprende en clase y cómo se encuentran con la comida fuera de ella. El Enfoque Integral de la Alimentación Escolar (EIAE) no solo enseña al alumnado el significado y la importancia de una alimentación sana y sostenible, sino que también les anima a cambiar su comportamiento hacia la comida y hacer que sus dietas sean más sanas y equilibradas.

Para dar forma a un EIAE en el centro educativo, se debe trabajar simultáneamente en cuatro estrategias que deben estar bien conectadas: una estrategia relativa a una política alimentaria general en el centro educativo (pilar A), una estrategia que se centre en el suministro y el consumo de alimentos en el centro educativo (pilar B), una estrategia que abarque la educación alimentaria (pilar C) y una estrategia que contemple el entorno (físico) del centro educativo en sentido amplio (pilar D). Los cuatro pilares están estrechamente interrelacionados. Esto significa que a veces se pueden cumplir dos o más criterios con una sola actividad.

Este manual contiene las directrices europeas para el marco e indica qué criterios mínimos deben cumplirse y cómo pueden demostrarse (indicadores). Basándose en las reacciones de las más de 120 escuelas piloto a finales de 2023, se ha ajustado la formulación de determinados criterios e indicadores, así como el procedimiento.

Para alcanzar un primer nivel, los centros escolares deben cumplir todos los criterios indicados en Bronce. Una vez que una escuela ha alcanzado este nivel, pueden fijarse nuevas ambiciones a través de los "criterios adicionales". Con el fin de que el planteamiento para los centros educativos, las ciudades y los países sea lo más flexible posible, adaptable a su contexto específico, hemos optado por un sistema en el que los centros educativos pueden hacer su propia selección a partir de los criterios adicionales, con el fin de alcanzar los siguientes niveles. De este modo, el marco también puede adaptarse fácilmente a largo plazo y completarse (localmente) con criterios adicionales, por ejemplo, como resultado de cambios en la legislación.

Sigue siendo importante que los centros escolares continúen trabajando en las cuatro estrategias al mismo tiempo (política escolar, sostenibilidad alimentaria, educación y entorno escolar), razón por la cual hemos establecido un mínimo de criterios adicionales por pilar que deben cumplirse.

En el **nivel bronce**, todos los criterios de cada pilar (5 criterios para BR.A, 7 criterios para BR.B, 3 criterios para BR.C y 2 criterios para BR.D) son obligatorios.

Para alcanzar el nivel de **plata**, las escuelas deben cumplir los siguientes criterios mínimos (adicionales):

- Pilar A: mínimo 4 criterios adicionales (de 10)
- Pilar B: se cumplen al menos 6 criterios adicionales (de 11)
- Pilar C: mínimo se cumplen 3 criterios adicionales (de un total de 6)
- Pilar D: se cumplen al menos 2 criterios adicionales (de 4)

En total, 15 criterios adicionales que deben cumplirse.

Para alcanzar el nivel de **oro**, las escuelas deben cumplir los siguientes criterios mínimos (adicionales):

- Pilar A: se cumplen al menos 8 criterios adicionales (de 10)
- Pilar B: se cumplen al menos 10 criterios adicionales (de 11)
- Pilar C: mínimo se alcanzan 5 criterios adicionales (de 6)
- Pilar D: mínimo se cumplen 4 criterios adicionales (de un total de 4)

En total, 27 criterios adicionales que cumplir.

	Total de criterios	Bronce Criterios Obligatorios (CO)	Plata	Oro
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)



Este enfoque revisado se reevaluará a lo largo del proyecto. Basándose en las conclusiones de las escuelas participantes de los distintos países, el marco europeo se ultimaré en 2025, y se realizarán traducciones finales y adaptadas de este manual para cada país participante. Estas traducciones están previstas para finales de 2025 y servirán de orientación a medida, adaptada a las directrices y la legislación nacionales específicas.

[Aquí](#) tiene un folleto que explica el EIAE en una página, en inglés.

¿Preguntas?

Si tienes interés en que en tu centro educativo se empiece a desarrollar un Enfoque Integral de la Alimentación Escolar, puedes ponerte en contacto con la sección de Educación para la Salud en el Entorno Escolar de la Direcció General de Salut Pública, escribiendo un correo electrónico a promociosalut_sp@gva.es, indicando el centro educativo y el municipio desde el que escribes.

1 POLÍTICA Y LIDERAZGO (PILAR A)



Este pilar consiste en garantizar la participación de todos los implicados: el equipo directivo de la escuela, el personal docente y no docente, el personal de la cocina y el comedor, el alumnado, las familias y la comunidad escolar en general, así como el gobierno local, las asociaciones vecinales, las personas productoras locales, las tiendas de barrio, las ONG locales, las organizaciones que se centran en la juventud, la alimentación, la jardinería urbana, la gestión de residuos, etc. También aborda el enfoque de un centro educativo hacia una alimentación sana y sostenible en los planes, políticas, actividades, valores y educación del centro.

Reunir al alumnado, familias, personal de restauración y personal escolar es el principio básico del "Enfoque Integral de la Alimentación Escolar" (EIAE), que permitirá que una cultura alimentaria inspiradora se convierta en parte intrínseca de la vida en la escuela y fuera de ella.

Capacitar al alumnado para que asuma un papel de liderazgo y garantizar su participación en las decisiones relativas a la alimentación en la escuela y a los contenidos pedagógicos relacionados con la alimentación, no sólo es beneficioso para los implicados, sino que también contribuye a que la alimentación sana y sostenible sea la opción más fácil para todos y todas.

1.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC)

Para alcanzar el nivel de bronce, la escuela debe cumplir los siguientes criterios:

BC.A.1. Grupo de trabajo interno sobre alimentación escolar

La escuela cuenta con un grupo de trabajo formalizado para la implementación del EIAE. El grupo celebra reuniones programadas y estructuradas que se documentan y son objeto de seguimiento. El Grupo de Trabajo sobre Alimentación Escolar (GTAE) está formado idealmente por el equipo directivo, equipo docente, personal del comedor (si procede) y alumnado, y se reúne periódicamente.

¿Cómo?

Normalmente, se forma un grupo de trabajo en torno a unas pocas personas muy motivadas, a menudo docentes o la dirección del centro, que quieren establecer una política escolar en torno a una alimentación sana y sostenible. Es aconsejable implicar también al alumnado. En última instancia, queremos que los niños y las niñas cambien sus hábitos alimentarios y esto sólo puede conseguirse implicándoles activamente en el proceso de cambio. La motivación de este alumnado puede provenir de distintos ámbitos: cuidado del clima, bienestar animal, motivos sociales, cuidado de la salud, etc.

Para fomentar la participación del alumnado y asegurar que sus ideas sean escuchadas, puede ser útil crear un espacio de trabajo específico, donde puedan debatir y desarrollar sus propuestas antes de compartirlas con el grupo general.

Si procede, se debe intentar implicar al máximo desde el principio al responsable del comedor y de la cocina, y establecer reuniones del grupo de trabajo varias veces al año.

Lo ideal es que se celebren al menos cuatro reuniones al año (aunque dos son suficientes): una reunión inicial en la que se acuerde un plan de acción, una segunda reunión para evaluar la situación actual y ajustar el plan de acción, una tercera reunión para hacer un seguimiento y realizar ajustes en el plan de acción, y una reunión al final del curso escolar para evaluar el proceso, formular las lecciones aprendidas y preparar los primeros pasos para el siguiente curso escolar. Se puede combinar la reunión de puesta en marcha con una sesión informativa sobre "¿Cómo pongo en marcha un GTAE?" (véase el criterio BC.C.3.). Si surgen problemas para encontrar participantes motivados, se puede pedir ayuda a la administración local (y al promotor de la alimentación urbana): el municipio puede organizar un taller de motivación o poner en marcha actividades de incentivación en todas las escuelas.

Indicadores:

- GTAE en funcionamiento: Sí/No
- Nº reuniones: mín. 2/año

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Lista de miembros del GTAE y sus funciones

BUENAS PRÁCTICAS SF4C- (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

[Budapest, Hungría - Grupo de trabajo integrado SF4C](#)

[Copenhague, Dinamarca - La rueda anual de los alimentos](#)

[Lyon, Francia - Comisión de restaurante para niños/as](#)

[Nitra, Eslovaquia - Encuentra de almuerzo](#)

[Nuoro, Italia - Grupo de trabajo municipal sobre alimentación escolar](#)

[Nuremberg, Alemania - Proyecto de pausa saludable](#)

[Núremberg, Alemania - Café de estudiantes](#)

[Tallin, Estonia - Cooperación entre el alumnado y el servicio de comidas de la escuela](#)

[Veltěže, República Checa - Grupo de trabajo sobre alimentación escolar y comunicación](#)

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

[Un Consejo Escolar en cada escuela \(Valencia, España\)](#)

HERRAMIENTAS

[Hoja de acción sobre cómo crear una base de apoyo en la escuela \(adaptado de Bélgica\)](#)

[Siete pasos Ecoescuelas \(Países Bajos\)](#)

BC.A.2. Una visión escolar sobre alimentación y nutrición

La escuela ha desarrollado una visión clara sobre la alimentación y la nutrición. La visión expresa dónde y qué quiere representar la escuela en el futuro con objetivos y misiones concretos.

¿Cómo?

¿Cómo visualizas una alimentación sana y sostenible en el aula, el comedor, el resto del centro y el entorno escolar? ¿A qué aspectos de una alimentación sana y equilibrada se quiere prestar especial atención? ¿Cuáles son las ambiciones de la escuela, y tiene una visión clara sobre los aspectos ecológicos y sociales que puede incorporar? Por ejemplo, ¿se tomaron determinadas decisiones en el pasado con respecto a la comida que se ofrece en la escuela? ¿Se siguen apoyando estas decisiones y cómo encajan con el Proyecto Educativo del Centro (PEC)?

Es importante que los miembros del grupo de trabajo tengan una visión compartida y entiendan lo mismo cuando se trata de una alimentación sana y sostenible en la escuela. El grupo de trabajo debe formular sus ambiciones en materia de alimentación y, más concretamente, la visión. Es importante involucrar en ello a los diferentes actores del grupo de trabajo, así como también implicar a la dirección del centro desde el principio.

Indicadores:

- La escuela tiene una visión alimentaria clara donde se expresa qué se quiere conseguir: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de la visión/ambiciones alimentarias de la escuela

BC.A.3. Revisión de la cultura alimentaria de la escuela y plan de acción

Se ha llevado a cabo una revisión del trabajo ya realizado sobre alimentación sana y sostenible en la escuela. A partir de esta revisión, el GTAE ha desarrollado un plan de acción sobre el Enfoque Integral de la Alimentación Escolar. El GTAE evalúa y renueva anualmente su plan de acción, formula aprendizajes y recomendaciones, documenta sus éxitos, etc.

¿Cómo?

Al analizar críticamente los pilares y niveles en los que la escuela ya está activa, se ponen de relieve las áreas en las que la escuela puede trabajar (aún más) en el futuro. Es importante fijarse en lo que es factible desde un punto de vista realista, teniendo en cuenta el contexto escolar específico para el curso escolar en cuestión, los recursos y las personas disponibles. También en la Programación General Anual (PGA) y la planificación de actividades en el curso: ¿quizá este año celebran un cumpleaños especial o trabajan en otros temas específicos? Si se enlazan unas actividades con otras, se pueden reforzar y, a menudo, ahorrar personal y recursos.

Indicadores:

- El GTAE lleva a cabo anualmente una revisión que da lugar a un plan de acción escrito para toda la escuela: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de la revisión de la cultura alimentaria
- ☐ Copia del plan de acción

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

Louny, República Checa - Un plan para una alimentación sana y sostenible en la escuela

Klippan, Suecia - Food-Boost, un método utilizado por el ayuntamiento para vincular la alimentación a la pedagogía de las escuelas

HERRAMIENTAS

Revisión de la cultura alimentaria escolar

Conjunto de criterios - fichas de inspiración que utilizará el GTAE

Matriz GF@S

Mapeo de sistemas con Fairtrade - Plan de clase

Cuestionarios para que el personal y los alumnos evalúen la alimentación escolar by Skutocne zdrava skola (República Checa)

BC.A.4. Comunicación sobre la visión de la escuela y comunicación interna sobre las acciones del EIAE

La escuela comunica claramente su visión de la alimentación al equipo escolar (incluido el equipo de comedor/cocina), al alumnado, a las familias y a la comunidad escolar en general. La escuela también comunica periódicamente al alumnado, al equipo docente y al equipo de restauración los objetivos y los progresos del EIAE. Los resultados de la revisión y el plan de acción se comparten con todo el equipo docente y no docente y con todo el alumnado.

¿Cómo?

Una vez realizada la visión de la escuela y elaborado el plan de acción por el GTAE, es el momento de implicar a todos los miembros de la escuela en la visión y los planes. Esto puede hacerse de forma paralela, mediante reuniones del equipo escolar, con información en la sala de profesorado, a través de una carta (informativa) o en un acto en directo, por ejemplo durante la pausa del almuerzo, para toda la escuela. Comunicar también la visión de la escuela sobre la alimentación para dar a conocer el centro al exterior: una alimentación sana para nuestros hijos e hijas es importante y se puede compartir con orgullo la contribución a ello del centro educativo con las familias y el entorno escolar en general.

Puede ser útil designar a una persona responsable de comunicación con quien se pueda contactar en caso de preguntas o comentarios internos o externos.

Algunas ideas y ejemplos más que se pueden llevar a cabo:

- Fijar un dato curioso sobre alimentos sostenibles en el tablón de anuncios de la sala de profesorado cada día durante una semana.
- Invitar al alumnado a hacer un gran cartel cada mes o al principio de cada curso para visualizar los planes del EIAE y lo que ya se ha conseguido. Podría colgarse en el comedor (en combinación con BC.B.1) o en otro lugar visible de la escuela.
- Invitar a las familias al comedor, donde podrán conocer la visión/ambiciones y probar la comida de la escuela (en combinación con BC.D.1).

Indicadores:

- La visión/las ambiciones de la escuela en materia de alimentación se comunican internamente, a las familias y/o a la comunidad escolar en general: Sí/No
- Comunicación interna en el centro sobre las acciones del EIAE: Sí/No
- Nombramiento de una persona responsable de comunicación: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia o foto de las comunicaciones a la comunidad educativa en general y de forma interna en el centro.
- ☐ Datos de contacto de la persona responsable de comunicación

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

[Nurnberg, Alemania - Comunicado de prensa: Ahora toca cocinar](#)

[República Checa - Conjunto de hermosas fotos que muestran cómo la escuela comunica sobre alimentos sanos y sostenibles](#)

HERRAMIENTAS

[Kit de iniciación que las escuelas pueden utilizar con materiales de comunicación \(Bélgica\)](#)

BC.A.5. Participación activa del alumnado

Un EIAE tiene más impacto si los niños, las niñas y adolescentes implicados se preocupan de verdad por la comida. Apelar a la creatividad y a la energía positiva del alumnado fomentará su sentido de la responsabilidad y de la propiedad, y hará que el proyecto sea mucho más eficaz que si sólo hubiera intervenido el personal docente o el equipo directivo. Implicar al alumnado en las decisiones sobre la alimentación escolar allana el camino para un cambio a más largo plazo de los hábitos alimentarios. También aumenta la confianza y la capacidad de liderazgo del alumnado, convirtiéndolos en agentes del cambio y consumidores conscientes.

¿Cómo?

Un grupo de alumnos y alumnas recibe tiempo, espacio y aprendizaje para implicarse activamente en la promoción de una alimentación sana y sostenible y dar buen ejemplo. Por ejemplo, pueden formar un grupo de trabajo independiente (además del GTAE) para desarrollar su propia visión compartida y debatirla después con los miembros del GTAE u organizar actividades específicas en la clase o en el comedor (véase también BC.A.1.).

Indicadores:

- Un grupo del alumnado participa en la promoción de una alimentación sana y sostenible: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Nº de alumnos y alumnas que participan en la promoción de alimentos saludables y sostenibles y descripción de las actividades y/o de la forma en cómo se organizan

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022 - 2023)

[Bremen, Alemania - Cool bio, iuna oferta de descanso que despierta la curiosidad y sabe bien!](#)

[Essen, Alemania - Degustación de aperitivos, sabrosos alimentos para recargar las pilas](#)

[Lyon, Francia - Comisión de restaurante para niños/as](#)

[Nuremberg, Alemania - Proyecto de pausa saludable](#)

[Núremberg, Alemania - Café de estudiantes](#)

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

[Embajadores de la Alimentación del EIT](#)

[El alumnado propone ideas para mejorar las comidas escolares \(Eslovaquia\)](#)

[Los jóvenes graban su mensaje sobre alimentación sana en una canción de hip hop \(EE.UU.\)](#)

HERRAMIENTAS

[Hoja de acción sobre embajadores de la alimentación en su centro educativo \(adaptado de Bélgica\)](#)

[Intercambio sobre alimentación entre dos centros de enseñanza secundaria \(Bélgica/Vietnam\)](#)

1.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC)

Para alcanzar el nivel plata, la escuela debe cumplir, además de los criterios bronce, al menos cuatro (4) de los 10 criterios siguientes. Para alcanzar el nivel oro, deben cumplirse, como mínimo, ocho (8) de los 10 criterios siguientes.

AC.A.6. El GT incluye representantes de las familias

¿Cómo?

El grupo de trabajo puede crear valor añadido implicando activamente a las familias, por ejemplo, algunos miembros de las asociaciones de familias. Estas familias pueden articular su visión en el grupo de trabajo y, al mismo tiempo, crear apoyo para un Enfoque Integral de la Alimentación Escolar entre otras familias que no habían mostrado tanto interés.

Al componer el grupo de trabajo, hay que tener en cuenta que las familias suelen ser sólo miembros temporales del grupo de trabajo y que las familias muy motivadas, que quieren dar grandes pasos de inmediato, a veces pueden generar un efecto contrario al deseado. Que las familias representen múltiples puntos de vista, puede ser enriquecedor aunque a veces signifique que el proceso sea más lento. Es mejor dar sistemáticamente pequeños pasos hacia los objetivos que se han definido, que tener que dar después un paso demasiado grande. Es fundamental establecer un grupo de trabajo formalizado para la aplicación del EIAE, con reuniones programadas y estructuradas que estén documentadas y sean objeto de seguimiento.

Si el centro educativo aún no tiene un alto nivel de participación de las familias, se pueden organizar actividades para llegar mejor a las mismas a través del criterio BC.D.1. De este modo, se podrán identificar y generar vínculos con candidatos adecuados que pueden reforzar el GTAE.

Indicadores:

- Las familias participan activamente en el GTAE: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Resumen de las funciones que están representadas por las familias en el grupo de trabajo
- ☐ Acta de la última reunión

AC.A.7. El GT incluye representantes de la comunidad en general

¿Cómo?

¿Quiénes son los actores más allá de la escuela que pueden contribuir a una política alimentaria sana y sostenible? ¿Quizás los alumnos compran golosinas a menudo en una tienda cercana al centro educativo o acuden a restaurantes de comida rápida cercanos? En ese caso, podría ser interesante hacer reflexionar a estos comercios sobre cómo contrarrestar el problema de la oferta de alimentos poco saludables, por ejemplo, adaptando su oferta para niños/as y jóvenes y fomentando las opciones sanas. ¿Quizás se pueden establecer vínculos

con una persona que produzca vegetales o tenga una pequeña granja a nivel local o una ONG local que quiera apoyar el Enfoque Integral de la Alimentación Escolar que ha establecido el centro? Generar también contactos con la administración local también puede hacer que colaboren y quizá incluso apoyar el proyecto de forma práctica o financiera. Establecer un grupo de trabajo formalizado para la aplicación del EIAE, con reuniones programadas y estructuradas, en las que se registran las decisiones y se hace un seguimiento de las tareas pendientes, es una clave fundamental para el éxito.

Indicadores:

- Los actores locales participan activamente en el GTAE (multi-actores): Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Resumen de funciones, representadas por personas de la comunidad general en el grupo de trabajo
- ☐ Acta de la última reunión

AC.A.8. El EIAE está consolidado en la misión, los valores, las políticas, el plan de desarrollo y el plan de estudios de la escuela

¿Cómo?

Una vez que el grupo de trabajo haya definido la visión sobre la alimentación y se haya asegurado de que esta visión se comparte internamente con todo el equipo de la escuela y el alumnado, y externamente con las familias y la comunidad escolar en general, es el momento de consolidar esta visión en la visión general y la misión de la escuela, es decir, acordar que el EIAE se incluya en el Proyecto Educativo de Centro (PEC). Esto garantizará que esta visión se aplique de forma coherente en el aula, el comedor, durante las fiestas escolares, las excursiones escolares, en las directrices para familias, etc. Así es como se consigue un Enfoque Integral de la Alimentación Escolar, que no sólo está anclado en la visión general y la misión, sino también en la política escolar y su aplicación concreta.

Indicadores:

- El GTAE acuerda que el EIAE forma parte de la visión general de la escuela y está acreditado en la misión, los valores, las políticas, el plan de desarrollo y el plan de estudios: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de la visión general de la escuela

AC.A.9. El EIAE está avalado por la dirección del centro educativo y el consejo escolar

¿Cómo?

Las ambiciones son más fáciles de alcanzar y mantener a largo plazo si cuentan con el respaldo y el apoyo de la dirección de la escuela y del consejo escolar. La implicación de la

dirección del centro puede reforzarse informando al equipo docente, no docente y al consejo escolar periódicamente sobre las iniciativas relativas a la alimentación en la escuela. El EIAE tendrá mayor éxito si participan activamente en el grupo de trabajo y si se comunica claramente, tanto interna como externamente, la visión compartida sobre la alimentación y la importancia de un EIAE por parte del equipo directivo, así como si se integra en el Proyecto Educativo de Centro.

Indicadores:

- Propuesta de la dirección del centro al Consejo Escolar para integrar el Enfoque Integral de la Alimentación Escolar en el Proyecto Educativo de Centro: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de la Propuesta de la dirección del centro al Consejo Escolar para integrar el Enfoque Integral de la Alimentación Escolar en el Proyecto Educativo de Centro y acuerdo del Consejo Escolar.

AC.A.10. Plan de acción anual SMART, basado en la revisión

¿Cómo?

La planificación de las actividades, su seguimiento y la evaluación de los resultados son importantes para el éxito de las acciones. El GTAE debe elaborar un plan de acción "SMART", es decir, específico, medible, alcanzable, realista y oportuno. Es importante asegurarse de que los objetivos están claramente formulados, de forma que todo el mundo entienda lo que se quiere conseguir. Lo importante aquí es dedicar un momento a pensar en "¿Quién? ¿Qué? ¿Dónde? ¿Cuándo? ¿Por qué? ¿Cómo?", para poder concretar más los objetivos y traducirlos en acciones y actividades claras.

Además, se ha de tener en cuenta que los objetivos sean "medibles", para que al final del año se pueda evaluar fácilmente lo que se ha conseguido y extraer lecciones para el año siguiente. Ser ambicioso está bien, pero poner el listón demasiado alto puede generar frustración a la hora de conseguir los objetivos y ser desmotivador. Se deben adecuar los planes de acción con la realidad escolar y, por ejemplo, tener también en cuenta otras actividades ya planificadas. Por último, situar las actividades y acciones elegidas en un marco temporal: ¿Por dónde empezar? ¿Cuál será el siguiente paso? ¿Qué plazo de tiempo se plantea para cada objetivo? Incluir también momentos de evaluación y consulta en la planificación y compartirlos con todas las partes interesadas será una forma de que todas ellas participen y se sientan parte del proyecto.

Indicadores:

- El GTAE crea anualmente un plan de acción SMART: Sí/No
- Marco de evaluación Sí/no

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copiar plan de acción SMART
- ☐ Copia de la evaluación del anterior plan de acción (SMART), si aplica

AC.A.11. El EIAE forma parte del trabajo sistemático de garantía de calidad de la escuela

¿Cómo?

Para garantizar que la alimentación saludable y sostenible sea un pilar permanente en la escuela, el EIAE debe incorporarse en su sistema de garantía de calidad. Esto implica que las iniciativas del EIAE se incluyan en las estrategias de mejora continua del centro, asegurando su supervisión, evaluación y adaptación a lo largo del tiempo.

El objetivo es que la alimentación saludable no sea una acción puntual, sino una parte estructural de la planificación escolar, al igual que otras áreas clave de la educación. Para ello, el equipo directivo y docente debe considerar el EIAE en la evaluación de calidad de la escuela, alineándose con las políticas educativas y asegurando su integración en los planes de desarrollo y mejora del centro.

Indicadores:

- El EIAE está integrado en el trabajo de garantía de calidad Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Descripción de cómo el EIAE se ha incorporado en los procesos de garantía de calidad del centro, incluyendo la participación del GTAE.

AC.A.12. Comunicación con las familias y el servicio de catering escolar (externo)

¿Cómo?

Aprovechar el impulso de haber alcanzado el nivel bronce, plata u oro para informar a las familias y al servicio externo de catering escolar (si procede) sobre su EIAE, es una manera de llegar y demostrar que se están consiguiendo objetivos planteados en el plan de acción y en la línea de la visión que tiene la escuela. Mostrar las acciones y actividades concretas realizadas y la recompensa recibida por los esfuerzos de todo el centro educativo en general y del GTAE en particular. Este es el momento ideal para que las familias y el servicio de restauración colectiva externo comprendan mejor su EIAE, para implicarles activamente en sus planes futuros (véase el criterio BC.D.1.).

Algunas ideas que se pueden hacer:

- Organizar una sesión informativa para familias para compartir la visión de la escuela sobre la alimentación y mostrar los logros conseguidos.
- Incluir acuerdos y normas en el reglamento escolar, con los que todas las familias se comprometen al principio del curso. Por ejemplo: "Se permite una botella de agua con agua del grifo durante las clases".

Indicadores:

- La visión de la escuela, el EIAE y las acciones se comunican a las familias y al equipo externo de restauración: Sí/No

- Comunicación a la comunidad sobre la consecución de los niveles bronce, plata u oro: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Resumen (nº y temáticas) de las comunicaciones hacia las familias y (si procede) hacia el servicio de restauración externo de la escuela
- ☐ Copia o foto de las comunicaciones más importantes

AC.A.13. AC.A.13. Amplia comunicación externa sobre el EIAE

¿Cómo?

Alcanzar el nivel bronce, plata u oro es un hito importante para la escuela y una recompensa por el trabajo hecho hasta ahora. Ya se ha puesto mucho empeño en ello y, por tanto, hay mucho que decir. Es momento de aprovechar esta oportunidad para organizar una comunicación externa y reforzar la imagen del centro educativo. A partir de ahora, se puede planificar una comunicación anual sobre el EIAE en la página web del centro: compartir el plan de acción, publicar regularmente noticias sobre las distintas actividades y compartir también las lecciones aprendidas. Si la escuela tiene un boletín, también es bueno incluir una sección regular sobre el EIAE. Preparar un plan de comunicación en el que se prevean comunicaciones en diferentes momentos del año a diferentes grupos destinatarios específicos, es la forma más adecuada de dar a conocer la implicación de la escuela en el Enfoque Integral de la Alimentación Escolar.

Algunas ideas:

- Utilizar la página web del centro o redes sociales, como Instagram para actualizar periódicamente la comunidad con noticias e imágenes, o mejor aún, pide a tus Embajadores de la Comida que lo hagan (ver criterios AC.A.14 y AC.A.15).
- Invitar a una persona de contacto de la prensa local/autonómica para establecer un contacto periódico e informarle de los logros y generar una colaboración para anunciarlo a través de sus distintos canales.
- Consultar los canales de los medios de comunicación del municipio o comarca y de las empresas y organizaciones del entorno del centro educativo: les interesarán los contenidos y puede ser una forma de destacar las actividades que se realizan en el centro de forma positiva.

Indicadores:

- Existe un plan de comunicación claro con diferentes acciones comunicativas dirigidas a diversos grupos destinatarios Sí/No
- Comunicación a la comunidad sobre los logros: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia del plan de comunicación
- ☐ Copia o foto de las comunicaciones más importantes

AC.A.14. Embajadores de la alimentación en la escuela y ante las familias

¿Cómo?

Un grupo de alumnos participa activamente en la promoción de una alimentación sana y sostenible en la escuela. Reciben una formación adicional en el contexto escolar sobre la importancia y los diferentes aspectos de una alimentación sana y sostenible y promueven el tema en la escuela y entre las familias.

Esta formación no tiene por qué impartirse necesariamente en la escuela. Las organizaciones locales que trabajan en torno a la alimentación sana y sostenible sin duda pueden ayudarte con esto. Consulta también con el departamento de juventud de la ciudad o el municipio para ver qué papel pueden desempeñar en esto.

Indicadores:

O El centro ha formado a estudiantes como embajadores de la alimentación : Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

O nº embajadores escolares de la alimentación

O nº formaciones

O Descripción del enfoque de promoción de la salud de cómo el alumnado participa en la promoción de una alimentación sana y sostenible en la escuela.

AC.A.15. Los Embajadores de la Alimentación se inspiran mutuamente en las escuelas de su entorno y en la ciudad

¿Cómo?

Un grupo de alumnos/as participa activamente en la promoción de una alimentación sana y sostenible. Reciben una formación adicional sobre la importancia y los distintos aspectos de una alimentación sana y sostenible y promueven el tema entre otros centros escolares y dentro de la ciudad, como por ejemplo en el Consejo Local de la Infancia y Adolescencia. Comprobar con las organizaciones juveniles locales y con la autoridad local (por ejemplo, los servicios de juventud) si pueden habilitar un entorno adecuado en el que los jóvenes puedan recibir una formación y reunirse para debatir en torno al tema de la alimentación, más allá de las paredes de la escuela.

Indicadores:

- El centro ha formado a Embajadores de la Alimentación, que se reúnen periódicamente con los/las Embajadores/as de la Alimentación de otros centros (locales) para compartir ideas y experiencias: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Nº de embajadores de los alimentos de la municipio
- ☐ Nº de reuniones
- ☐ Nº de formaciones

2 ALIMENTACIÓN Y SOSTENIBILIDAD

(PILAR B)



En muchas ciudades y municipios europeos, los colegios ofrecen comidas calientes, bocadillos o tentempiés a los estudiantes. En algunos lugares, esta oferta está financiada (parcialmente) por el gobierno y/o por la escuela. A menudo, sin embargo, se trata de un servicio que tienen que pagar íntegramente las familias. Para que los niños y las niñas de familias más vulnerables también puedan beneficiarse de esta oferta, las escuelas intentan mantener los precios lo más bajos posible y, a su vez, presionan a la baja los precios de sus proveedores, normalmente a expensas de la calidad. Por otra parte, los almuerzos y meriendas del alumnado tampoco están siempre llenas de productos nutritivos y sanos. Además, a menudo no hay un comedor adaptado en la escuela donde el alumnado pueda comer tranquilamente. Cada vez es más el alumnado que ni siquiera tiene una comida en el colegio y van a un restaurante de comida rápida cercano o, lo que es peor, se sientan en clase hambrientos. Este pilar pretende ofrecer en las escuelas un espacio seguro y adecuado en el que todos los niños y las niñas, independientemente de su procedencia, puedan disfrutar tranquilamente de un almuerzo saludable, ya sea ofrecido en la escuela o traído de casa. La oferta de alimentos y bebidas en la escuela es sabrosa, sana y equilibrada, teniendo en cuenta criterios sostenibles que persiguen un impacto ambiental y social positivo en la medida de lo posible. De este modo, se anima a los niños, las niñas y jóvenes a mejorar sus conocimientos sobre alimentación sana y sostenible y a aplicarlos en la práctica.



2.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC)

BC.B.1. El comedor como entorno de aprendizaje para una alimentación saludable

La escuela emprende iniciativas para promover hábitos alimentarios, comportamientos y actitudes saludables.

¿Cómo?

La escuela vela para que el alumnado disponga de un lugar donde puedan comer tranquilamente a la hora del almuerzo. Este entorno debe animar a los niños y las niñas a comer sano. Si los estudiantes pueden disfrutar de una comida sabrosa de forma agradable y se dan cuenta de que esta comida también responde a principios saludables y sostenibles, esta comida les resultará más atractiva. Si la escuela no dispone de un comedor (adecuado), el aula puede servir de comedor. Es importante que el ambiente sea tranquilo: si los niños y niñas comen en clase, hay que asegurarse de que el aula pueda transformarse sin problemas en un comedor, donde puedan descansar de las clases de lengua y matemáticas y concentrarse en comer.

Indicadores:

- Existe un comedor físico, donde el alumnado puede comer tranquilamente y donde se promueve de una forma u otra una alimentación sana y sostenible: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Fotografía de un comedor atractivo en el que se promueva de un modo u otro la comida sana

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022 - 2023)

Bremen, Alemania - Cool bio, iuna oferta de descanso que despierta la curiosidad y sabe bien!

Budapest, Hungría - Semana de proyectos de sostenibilidad

Essen, Alemania - Degustación de aperitivos, sabrosos alimentos para recargar las pilas

Essen, Alemania - Rediseño de las ofertas de cafetería

Gante, Bélgica - Tienda de verduras para alumnado y familias

Gante, Bélgica - ¡Batalla en la cocina de la escuela!

Lovaina, Bélgica - Salvar el mundo saboreando el mundo, comidas calientes en la escuela

Louny, República Checa - Buffet de merienda para los niños y niñas

Lyon, Francia - "Proyecto de macedonia" para meriendas sanas y sin residuos

Nitra, Eslovaquia - Deporte y nutrición

Nitra, Eslovaquia - De la renovación al bar de ensaladas

Seinäjoki, Finlandia - Aperitivos saludables en los comedores de los clubes deportivos

Tallin, Estonia - Talleres de fiambresas saludables / Sensibilización nutricional /

[Descubrir el mundo de las verduras](#)

[Tallin, Estonia - Cata y puntuación del agua del grifo durante la semana de la ciencia en la escuela](#)

[Umeå, Suecia - Cucharas de degustación en el restaurante de la escuela](#)

[Umeå, Suecia - Cambios sencillos para aumentar la aceptación de comidas más respetuosas con el clima](#)

[Veltěže, República Checa - Aperitivos saludables y sostenibles](#)

[Viena, Austria - Bocadillo vegetal](#)

[Viena, Austria - Desafío de frutas y verduras](#)

[Viena, Austria - Medida de prevención de residuos](#)

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

[Cortometraje en YouTube que muestra cómo el alumnado participa en el rediseño del comedor \(Karlstad, Suecia\)](#)

[Cortometraje en YouTube que muestra cómo el alumnado participa en el rediseño del comedor \(Amberes, Bélgica\)](#)

[Blog sobre la insonorización de los comedores escolares \(Eslovaquia\)](#)

[Reorganización del horario escolar \(Eslovaquia\)](#)

[Comidas escolares programadas \(Suecia\)](#)

HERRAMIENTAS

[Informe del proyecto SchoolFood4Change sobre criterios y modelos innovadores para la contratación pública de comidas escolares sostenibles y saludables](#)

BC.B.2. Animar a los niños y niñas a comer más fruta y verdura en la escuela.

Hay un suministro de fruta fresca (por ejemplo, para el postre o la merienda) y el tamaño de las raciones de verdura se ajusta a las directrices nacionales y/o europeas.

¿Cómo?

Es importante promover entre el alumnado de la escuela que coman suficiente fruta y verdura cada día. Suele haber directrices y recomendaciones al respecto, elaboradas por las autoridades competentes. También suelen disponer de material promocional que se puede utilizar en el comedor. No se puede obligar a los niños y las niñas a comer fruta y verdura,

pero será más probable que las coman si hay una oferta atractiva en la escuela en un espacio atractivo, y si el personal docente y de referencia para el alumnado dan buen ejemplo. Por ejemplo, la fruta ya pelada o cortada en trozos y bien presentada es mucho más atractiva: ¿quizás se podría involucrar a algunas familias para organizar esto algunos días?

Indicadores:

- La escuela toma iniciativas para animar a los niños y las niñas a comer fruta y verdura fresca a diario.

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Si no procede, describa por qué.
- ☐ Descripción de las iniciativas que animan al alumnado a comer diariamente suficiente fruta y verdura fresca.

MEJORES PRÁCTICAS SF4C (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

[Viena, Austria - Bocado vegetal](#)

[Essen, Alemania - Rediseño de las ofertas de cafetería](#)

[Lovaina, Bélgica - Salvar el mundo saboreando el mundo, comidas calientes en la escuela](#)

[Louny, República Checa - Merienda buffet](#)

[Nitra, Eslovaquia - Deporte y nutrición](#)

[Schaarbeek, Bélgica - Cortar y servir fruta](#)

[Seinäjoki, Finlandia - Aperitivos saludables en los comedores de los clubes deportivos](#)

[Umeå, Suecia - Cambios sencillos para aumentar la aceptación de comidas más respetuosas con el clima](#)

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

[Carpeta elaborada para alumnos y cuidadores de la Escuela Europea \(Bélgica\)](#)

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

[Programa para mejorar la alimentación en los comedores de 40 escuelas \(Eslovaquia\)](#)

HERRAMIENTAS

[Hoja de acción para escuelas sobre frutas y hortalizas locales y de temporada \(adaptado de Bélgica\)](#)

[Hoja de acción sobre alimentos ricos en alimentos vegetales en la escuela \(adaptado de Bélgica\)](#)

BC.B.3. Proporcionar información sobre el menú (si procede)

La escuela informa al alumnado y las familias sobre los aspectos saludables y sostenibles, ya presentes en el propio menú.

¿Cómo?

La finalidad de este criterio es dejar claro al alumnado y a las familias qué aspectos saludables y sostenibles ya se tienen en cuenta en los menús escolares. ¿Quizás el personal de cocina o el servicio de catering ya prepara productos frescos, poco procesados, sin aditivos innecesarios, con verduras locales de temporada? Si es posible, una buena estrategia es indicarlo en color o en negrita en el menú impreso o en la página web del colegio, para que todo el mundo pueda reconocer mejor estos esfuerzos existentes. También pueden indicarse los ingredientes ecológicos y de comercio justo.

Como los estudios demuestran que señalar un plato como "vegetariano" o "a base de alimentos vegetales" hace que menos alumnos elijan esta alternativa, es mejor indicar estos platos de forma más discreta (por ejemplo, con la etiqueta V). Otra opción es pensar en nombres atractivos para las recetas ricas en alimentos vegetales o basadas en alimentos vegetales.

Comprobar el país de origen de los principales ingredientes de las comidas y mencionarlo también en el menú es otra opción para destacar esfuerzos. Una posibilidad es utilizar la zona del comedor para destacar esta información. Aquí también se puede proporcionar información adicional sobre la importancia de los alimentos poco procesados, un precio justo para los agricultores, los principios ecológicos, los beneficios de una cadena corta, etc.

¿No dispone de información sobre los aspectos saludables y sostenibles de las comidas? En ese caso, la estrategia es ponerse en contacto con los proveedores del comedor o con la empresa externa de catering: explicar la visión y las ambiciones del centro educativo y conocer qué iniciativas están tomando ya. Agradecerán que se preste atención positiva a su trabajo.

¿El proveedor externo no está haciendo ningún esfuerzo o está haciendo esfuerzos insuficientes en este sentido en este momento? Puede ser un buen momento para animarles a tomar nuevas iniciativas.

Indicadores:

- En los menús destacan los elementos saludables y sostenibles existentes: Sí/No

Por ejemplo

- Alimentos frescos
- Alimentos preparados con verduras y frutas regionales de temporada
- Ingredientes de comercio justo
- Ingredientes ecológicos
- Productos integrales (pasta, arroz, pan, ...)
- Presencia de proteína vegetal
- ...

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de los menús del último mes, indicando los aspectos saludables y sostenibles y el país de origen de los principales ingredientes. Si no procede, escriba por qué.

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

Carpeta elaborada para alumnos y cuidadores de la Escuela Europea (Bélgica)

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

Programa para mejorar la alimentación en los comedores de 40 escuelas (Eslovaquia)

HERRAMIENTAS

Hoja de acción para escuelas sobre frutas y hortalizas locales y de temporada (adaptado de Bélgica)

Hoja de acción sobre alimentos ricos en alimentos vegetales en la escuela (adaptado de Bélgica)



BC.B.4. Agua potable gratuita

La escuela fomenta el consumo de agua y dispone de puntos de agua donde todo el alumnado puede acceder gratuitamente a agua potable.

¿Cómo?

El propio alumnado no siempre percibe cuándo tienen sed, por lo que es importante animar a que beban suficiente agua.

Elegir agua del grifo, preferiblemente servida en botellas o vasos reutilizables, es la forma más sostenible. De esta forma, también se ayuda inmediatamente a reducir la cantidad de

residuos generados en el centro. Un requisito previo, por supuesto, es que el agua del grifo del centro sea potable y segura. En cualquier caso, es importante asegurarse de que haya suficientes puntos en el centro donde los niños y niñas puedan obtener agua.

En algunas regiones el agua del grifo tiene inmerecidamente mala fama, por ejemplo debido a la escasa información sobre su seguridad. A menudo, a la gente no le gusta su sabor. Sin embargo, merece la pena comprobar si realmente existe un problema de sabor. Por ejemplo, organizar una cata a ciegas en la que el alumnado pueda valorar distintos tipos de agua. Sólo al final se revela qué garrafa contiene agua del grifo. Los resultados pueden ser sorprendentes.

Indicadores:

- La escuela proporciona agua gratuita (del grifo) a todo el alumnado: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Descripción de cómo la escuela proporciona agua gratuita al alumnado o foto de los puntos de agua o certificado que demuestre que la escuela promueve el agua potable (del grifo).

HERRAMIENTAS

Consumo agua de grifo (adaptada de Bélgica)

BC.B.5. Directrices claras para los almuerzos y/o meriendas

La escuela informa al alumnado y a las familias para fomentar el consumo de almuerzos y meriendas saludables y sostenibles, y proporciona directrices claras basadas en la visión y los objetivos de la escuela.

¿Cómo?

Una cuestión importante es que estudiantes y familias sepan qué significa la visión de la escuela sobre la alimentación y que se traduzca esta visión en directrices concretas para los alimentos que los niños y las niñas traen de casa. Por ejemplo, hacer hincapié en lo que pueden comer: tentempiés sabrosos a base de fruta y verdura fresca. También se puede combinar esto con una sesión informativa para familias (criterio BC.D1) o hacer que los embajadores de la alimentación trabajen específicamente en esto (criterios AC.A.14 y AC.A.15). Si el propio colegio ofrece meriendas y almuerzos saludables, adaptados a las necesidades de todos los niños y las niñas, es aconsejable promocionar esta oferta y disuadir a las familias de que se procuren algo ellos mismos.

Indicadores:

- El alumnado y las familias disponen de directrices claras sobre los almuerzos y las meriendas: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de las directrices para familias
- ☐ Si no procede, describa por qué

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022 - 2023)

Viena, Austria - Desafío de frutas y verduras

Schaarbeek, Bélgica - Cortar y servir fruta

Tallin, Estonia - Talleres de almuerzos saludables para descubrir el mundo de las verduras

Veltěže, República Checa - Aperitivos saludables y sostenibles

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

Cartel para promover hábitos alimentarios saludables (Madrid, España)

HERRAMIENTAS

Empezar a tomar tentempiés sanos y sostenibles (adaptado de Bélgica)

BC.B.6. Instalaciones adecuadas para niños con necesidades dietéticas especiales

La escuela fomenta la igualdad de acceso a alimentos sanos y sostenibles para todos los niños y niñas. En la medida de lo posible, la escuela tiene en cuenta las diferentes necesidades dietéticas. Los niños y niñas con necesidades dietéticas especiales que no pueden ser atendidas por la escuela, tienen la posibilidad de llevar su comida a la escuela de forma segura.

¿Cómo?

No siempre es posible que la escuela atienda todas las dietas solicitadas. En algunos casos, los centros tienen que lidiar con una enorme diversidad de nacionalidades, entornos culturales, religiosos y socioeconómicos que a menudo afectan a la cultura alimentaria, lo que dificulta trabajar con comidas estándar. En tal caso, el centro puede buscar otras formas de satisfacer las necesidades de todo el alumnado y, por ejemplo, proporcionar instalaciones para recalentar o una nevera para los niños y las niñas que traen comidas adecuadas a sus necesidades de casa.

Indicadores:

- Los niños y niñas con necesidades dietéticas específicas tienen acceso a comida adaptada en el centro o la posibilidad de llevar su comida al colegio de forma segura: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Descripción de cómo el centro trata las diferentes necesidades dietéticas del alumnado

BC.B.7. La escuela controla el desperdicio de alimentos

El personal de la escuela colabora con el servicio de catering/equipo de comedor, las familias y el alumnado para controlar y reducir al mínimo el desperdicio de alimentos.

¿Cómo?

El centro hace un análisis del desperdicio de alimentos dentro del recinto escolar: ¿se come el alumnado el almuerzo que trae? ¿Tiran comida durante los recreos o a la hora de comer en el comedor? Es importante medir el desperdicio de alimentos a nivel de consumidor, comprobar si es posible evitarlo y cómo. También averiguar por qué los niños y las niñas tiran comida: ¿No es sabrosa? ¿No tienen tiempo suficiente para comer? ¿O quizá las raciones son demasiado grandes? Una estrategia es comprobar con el equipo de cocina, el servicio de catering y las familias si es necesario ajustar la composición y el tamaño de las raciones. Involucrar al alumnado en las mediciones y organizar debates para hablar del problema del desperdicio de alimentos y animarles a evitarlo en el futuro. En segundo lugar, estudiar cómo se pueden reutilizar los excedentes alimentarios - o animar a la empresa de restauración colectiva a que lo haga -. A menudo, los excedentes de las comidas escolares pueden consumirse más tarde, por ejemplo, donándolos, llevándoselos a casa, utilizándolos como alimento (animal) o, si todo eso falla, transformándolos en compost (de acuerdo con la legislación aplicable). Garantizar una clasificación adecuada de los residuos: los residuos alimentarios pertenecen a los residuos orgánicos. Al finalizar, es muy recomendable realizar el análisis y compartir los resultados con el equipo escolar, el alumnado, las familias, etc. (véase también el criterio BC.A.4.).

Indicadores:

- Los distintos tipos de residuos alimentarios de los platos se miden al menos una vez al año durante una semana: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia del análisis y las conclusiones de la medición anual

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

[Viena, Austria - Medida de prevención de residuos](#)

[Louny, República Checa - De la granja al tenedor en nuestra escuela](#)

[Lyon, Francia - "Proyecto de macedonia de frutas" por la salud y los aperitivos sin residuos](#)

[Viimsi, Estonia - ¡Pon en tu plato la comida que puedas comer!](#)

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

[Proyecto sobre residuos alimentarios \(Bélgica\)](#)

[Compostadores de alimentos \(Brezov, Eslovaquia\)](#)

HERRAMIENTAS

[Empezar a luchar contra el despilfarro de alimentos - Rikolto](#)

[Europa, Semana Europea de la Prevención de Residuos \(SEMR\)](#)

[Europa, EWWR en Facebook](#)

[Caja de herramientas de WWF sobre el despilfarro de alimentos con lecciones y actividades por cursos](#)

[17 recursos para enseñar sobre el desperdicio de alimentos](#)

[Clases sobre el desperdicio de alimentos - EIT Food](#)

2.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC)

Para alcanzar el nivel plata, la escuela debe cumplir, además de los criterios bronce, al menos seis (6) de los 11 criterios siguientes. Para alcanzar el nivel oro, deben cumplirse, como mínimo, diez (10) de los 11 criterios siguientes.

AC.B.8. El comedor como entorno de aprendizaje para una alimentación saludable

El comedor es el lugar por excelencia para vincular la teoría de la alimentación sana y sostenible con la práctica. Aquí el alumnado puede conocer los sabores y olores, las estaciones del año, cultivar hierbas, aprender a gestionar los residuos alimentarios, etc. También es importante en este caso una actitud coherente del centro y del equipo docente y no docente: son modelos de conducta y pueden asumir eficazmente ese papel comiendo junto con los niños y las niñas, promoviendo la comida sana y sabrosa, explicando de dónde viene la comida, etc. Un gran indicador de que la comida que se ofrece es saludable y sabrosa es que el personal docente consuma el mismo menú que el alumnado y que este pueda comprobar que esto es así, compartiendo espacio en el comedor escolar, sirviéndose de las mismas bandejas, etc.

Indicadores:

- El personal del centro da buen ejemplo en el comedor: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Ejemplos del personal del centro que actúa como modelo a seguir (fotos o descripción)

MEJORES PRÁCTICAS SF4C- (CURSO ESCOLAR 2022 - 2023)

Lyon, Francia - La banda gourmet

Nitra, Eslovaquia - De la renovación al bar de ensaladas

Tallin, Estonia - Renovación del comedor escolar

Umeå, Suecia - Cucharas de degustación en el restaurante de la escuela

AC.B.9. Comer en la escuela es un momento de aprendizaje agradable para el alumnado

¿Cómo?

A este nivel, la escuela medirá el impacto de sus esfuerzos en el comedor mediante una encuesta anual a alumnado y familias. La encuesta mide, por un lado, el conocimiento acumulado sobre los principios de la alimentación sana y sostenible y, por otro, la satisfacción con el comedor y la oferta alimentaria del centro. Si al alumnado no le gusta la oferta saludable y sostenible, no sentirá interés por ajustar sus pautas alimentarias. La encuesta puede organizarse de varias maneras: mediante un debate en clase con el alumnado, mediante una encuesta en línea (por ejemplo, por separado para alumnado y familias), mediante una reunión de alumnado y familias en la que puedan dar su opinión, mediante una encuesta en papel con una sección para el alumnado y otra para las familias. Además, la escuela también implicará a las familias en la promoción de una alimentación sana y sostenible y, por ejemplo, les invitará a acompañar a sus hijos e hijas en el comedor a la hora de comer. Este también podría ser un contexto ideal para conseguir que ayuden durante la hora de la comida de una forma más estructural. Las familias que tengan experiencia con principios saludables y sostenibles pueden organizar un taller para los niños y niñas, preparar una sabrosa receta con verduras frescas junto con el alumnado, etc.

Indicadores:

- El centro organiza una encuesta anual para alumnado y familias (aspecto conocimiento + satisfacción): Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de los resultados de la encuesta y descripción de las medidas de seguimiento

BUENAS PRÁCTICAS

Malmö, Suecia - Visualizar el almuerzo

AC.B.10. El comedor como espacio público dentro y fuera de la comunidad educativa

¿Cómo?

El centro implica a la comunidad educativa en la aplicación de su visión de la alimentación escolar, poniendo el comedor a su disposición para eventos en torno a la alimentación sana y sostenible o para su mejora. Se pueden organizar jornadas de voluntariado para decorar el espacio con murales educativos, talleres de mobiliario reciclado para restaurar mesas y sillas, un concurso de diseño donde alumnado y familias propongan mejoras en la distribución del comedor o establecer mesas de intercambio de recetas saludables que fomenten la diversidad cultural. Estas iniciativas no solo optimizan el comedor, sino que refuerzan la participación de la comunidad en el enfoque integral de la alimentación escolar.

La condición es siempre que el evento encaje en la visión de la escuela sobre la alimentación y que se apliquen de forma coherente los principios saludables y sostenibles.

Indicadores:

- Las familias y otros miembros de la comunidad educativa promueven aspectos saludables y sostenibles de la alimentación y dan buenos ejemplos en el comedor: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Descripción de algunos buenos ejemplos de familias y del entorno escolar en general, que promuevan una alimentación sana y sostenible.

AC.B.11. Comidas ricas en vegetales, vegetarianas o basadas en vegetales en la planificación del menú escolar

¿Cómo?

Además del menú estándar, se ofrece diariamente una alternativa vegetariana o rica en alimentos de origen vegetal como opción. Al menos una vez a la semana, el menú estándar tiene que ser vegetariano, rico o basado en alimentos vegetales. Además, es importante hacer que estos platos sean más atractivos para los niños y las niñas. También promover la elección de estos tipos de platos: utilizar símbolos inequívocos para indicar las preparaciones vegetarianas y a base de alimentos vegetales; no hacer especial hincapié en aquello que no contienen (por ejemplo, "sin carne"): ¿verdad que cuando se sirve un plato de pasta, no se especifica que es un plato sin patatas?

En caso de que la gestión del comedor se lleve a cabo por una empresa de restauración colectiva externa, mediante concurso (licitación pública), lo mejor es incluir estas peticiones en la descripción de los pliegos técnicos.

Indicadores:

- Los menús muestran la opción diaria rica en alimentos vegetales/vegetariana y la comida estándar semanal rica en alimentos vegetales u opciones vegetarianas/veganas: Sí/No
- La escuela promueve las alternativas ricas en alimentos vegetales u opciones vegetarianas/veganas: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de los menús del último mes, incluido el tipo de postre
- ☐ Tamaño de las raciones de verdura servidas (en gramos), para los menús del último mes
- ☐ % de alumnos que eligen una opción rica en alimentos vegetales u opciones vegetarianas/veganas, durante el último mes
- ☐ Copia de los criterios específicos en materia de contratación pública (si procede)

AC.B.12. El menú escolar cumple los criterios mínimos de salud y sostenibilidad del SF4C

¿Cómo?

La cocina escolar cumple con los criterios y enfoques innovadores, sostenibles y saludables en materia de alimentación, desarrollados por el proyecto SF4C. A continuación (herramientas), se encontrarán un conjunto básico de recomendaciones diseñadas para ser aplicadas por todos los centros, y varios criterios opcionales, que están diseñados para servir como "complementos" para los colegios que ya están progresando bien en la adquisición de alimentos sostenibles y/o buscan centrarse en temas o cuestiones específicas.

Indicadores:

- Criterios específicos en la contratación pública
- [Referirse a los objetivos SF4C - WP5](#)

Pruebas por aportar (en construcción)

HERRAMIENTAS

[*Criterios y modelos innovadores para la adquisición de comidas escolares sostenibles y saludables.*](#)

AC.B.13. Promoción de agua potable gratuita + limitación de bebidas azucaradas en la escuela

¿Cómo?

A este nivel, el centro proporciona agua potable gratuita, promueve activamente el consumo de agua y desaconseja o incluso prohíbe el consumo de bebidas azucaradas, incluidos los zumos de fruta. Se informa a las familias sobre la necesidad de ofrecer bebidas saludables y

sostenibles.

No sólo se garantiza una buena promoción del agua (del grifo) en el centro, sino también una información más amplia en torno a las bebidas azucaradas: ¿en qué pueden fijarse familias y alumnos al comprar bebidas? ¿Cómo pueden dar sabor al agua sin que se convierta inmediatamente en una bebida llena de azúcar? Algunas ideas: organizar talleres o sesiones informativas y dejar que los propios alumnos o familias propongan alternativas inspiradoras (véase también el criterio BR.D.1.).

Indicadores:

- El centro desaconseja el consumo de bebidas azucaradas y, si es posible, las prohíbe en la escuela: Sí/No
- El centro ofrece información y asesoramiento sobre alternativas a las familias: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Descripción de buenas prácticas para incentivar el consumo de agua, bebidas no azucaradas y alternativas de refrescos
- ☐ Ejemplo de actividad hacia las familias para promover alternativas

AC.B.14. Se desaconsejan los alimentos ultraprocesados en el centro

¿Qué?

El centro desaconseja el consumo de alimentos ultraprocesados. A este nivel, se dan más explicaciones sobre los productos que los niños y las niñas deben evitar: productos ultraprocesados que contienen muchas grasas y azúcares, además de todo tipo de aditivos innecesarios. Estos productos tienen poco o ningún valor nutritivo. Es importante que las familias y el alumnado estén informados de los riesgos y reciban consejos sobre alternativas.

Las autoridades competentes a menudo elaboran directrices y recomendaciones junto con material informativo sobre este tema.

Como centro educativo, se puede procurar dar buen ejemplo: ¿y si el equipo docente analiza críticamente sus propios patrones alimentarios para ver en qué pueden mejorar?

Indicadores:

- El alumnado y las familias son conscientes de los riesgos de los alimentos ultraprocesados: Sí/No
- El centro educativo toma medidas para incentivar el consumo de alimentos saludables y sostenibles: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de las directrices para alumnos y familias.
- ☐ Descripción de las mejores prácticas para incentivar el consumo de alimentos saludables y sostenibles.

AC.B.15. Incentivar un entorno saludable alrededor del centro

¿Cómo?

Los alumnos y las alumnas que pueden salir del centro a la hora de comer se ven tentados a menudo por las cadenas de comida rápida y las tiendas de golosinas del barrio, que venden productos baratos pero poco saludables y nutritivos. Como centro educativo, es poco lo que se puede hacer para influir en esta situación. Sin embargo, sí se puede desempeñar un papel importante. Reuniendo a todos los actores en torno a una mesa, como familias, alumnado, representantes de la administración local, las cadenas de comida rápida implicadas, ONG locales, personas productoras locales, otras tiendas de alimentación, etc., y buscando un enfoque común, se puede cambiar el sistema. Para saber cómo poner en marcha un proceso de este tipo con las distintas partes interesadas y qué metodologías se pueden aplicar, consultar el [kit de herramientas para procesos con múltiples partes interesadas de Rikolto](#). ¿Quizá no se dispone del tiempo ni espacio para hacerlo desde el propio centro? Seguro que, por ejemplo, una ONG local o la administración municipal están dispuestas a ayudar en este hito.

Indicadores:

- Proceso intersectorial para realizar acciones de alimentación saludable y sostenible que involucre a la comunidad educativa: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Resumen de los participantes y acta de la reunión intersectorial sobre el cambio del entorno alimentario escolar

AC.B.16. Mecanismos de solidaridad escolar

¿Cómo?

Algunos centros se encuentran a menudo, y cada vez más, con niños y niñas de familias en situación de vulnerabilidad, que no disponen de recursos para pagar las comidas escolares. Por otra parte, no siempre es posible que los centros inviertan en ello por sí mismas. Pero se puede estudiar el ofrecer un sistema de ayuda económica a las familias con bajos ingresos (o las comidas escolares son gratuitas o de pago para todo el alumnado).

Para hacer un buen análisis de la situación en la escuela es necesario formular las siguientes preguntas: ¿se conoce la proporción de niños y niñas en situación de pobreza y/o riesgo de exclusión social? ¿Se puede, por ejemplo, fijar los precios de los menús en general un poco más altos para crear un margen que dé cabida a las familias vulnerables?. También es posible hablar de la situación con la empresa de catering: a menudo pueden ayudar a gestionar un sistema de este tipo junto con el centro.

Si el centro ya ofrece comedor gratuito a todo el alumnado (o al alumnado en situación de vulnerabilidad), no es necesario un mecanismo de solidaridad. En ese caso, se puede considerar este criterio como "cumplido".

Indicadores:

- Funciona el sistema de solidaridad o se ofrecen comidas escolares gratuitas a todo el alumnado: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Descripción del sistema de solidaridad que aplica la escuela para incluir a los niños y las niñas de familias vulnerables o descripción de cómo se proporciona comedor gratuito a todo el alumnado.

AC.B.17. Mecanismos de solidaridad en el entorno escolar

¿Cómo?

Es frecuente que en algunos centros educativos exista una elevada proporción de niños y niñas de familias en situación de vulnerabilidad, las cuales no pueden resolver el acceso a la nutrición en el centro únicamente a través de un mecanismo de solidaridad. Necesitan la ayuda de otros agentes, como familias, diversos departamentos de la administración municipal o autonómica, el comercio y la hostelería locales, ONG locales, empresas alimentarias y de catering, el gobierno nacional, etc. Un proceso multisectorial con la administración local, los comercios locales, las empresas y las organizaciones de los alrededores de la escuela, desarrollando un sistema de ayuda económica para las familias con bajos ingresos, puede ayudar a encontrar un mecanismo.

Primero se debe identificar a los actores que pueden ayudar a luchar contra la pobreza en el barrio/municipio y buscar un enfoque común con ellos. Es importante no limitarse a la situación de un solo centro educativo, sino considerar más ampliamente todos los centros escolares y todos los agentes pertinentes del barrio/municipio. Para saber cómo poner en marcha un proceso de este tipo con las distintas partes interesadas y qué metodologías se pueden aplicar, consultar la [guía de Rikolto MultiStakeholder-Process Toolkit](#).

Si no se dispone de tiempo ni espacio para hacerlo desde el centro educativo, ponerse en contacto con una organización local de lucha contra la pobreza, por ejemplo, o hablar de ello con el departamento bienestar social de la administración local o autonómica, puede ser una vía. También se puede vincular este proceso al criterio B.4. para hacer más saludable el entorno escolar.

Si el centro ofrece comedor gratuito a todo el alumnado, no es necesario un mecanismo de solidaridad. En ese caso, puede considerar este criterio como "cumplido".

Indicadores:

- Proceso intersectorial para el sistema de solidaridad, con participación del entorno escolar Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Resumen de los participantes y acta de la reunión multiactores sobre mecanismos de solidaridad o descripción de cómo se proporciona comedor gratuito a todo el alumnado.

AC.B.18. La escuela previene y gestiona el desperdicio de alimentos

¿Qué?

En este nivel, se aborda el análisis del desperdicio de alimentos en el centro de forma más sistemática: al menos una vez al año, se organiza una "semana contra el desperdicio de alimentos". Para ello, se puede aprovechar la Semana Europea de la Prevención de Residuos, que da acceso a numerosos ejemplos, acciones y herramientas inspiradoras.

Durante esta semana, se pueden organizar actividades de sensibilización en el aula y en el comedor para el alumnado, el equipo docente y las familias. Además, durante al menos cinco días consecutivos se puede organizar una medición de los residuos alimentarios lo más precisa posible, midiendo los residuos en la cocina a diferentes niveles (nivel de existencias: lo que se compró pero nunca se utilizó; nivel de producción: lo que se preparó pero nunca se sirvió; nivel de consumo: lo que acabó en los platos de los alumnos pero no se comió). Tener diferentes secciones (por ejemplo, líquidos, pan, verduras, cereales, etc.) para conocer dónde se deben hacer ajustes para reducir el desperdicio.

Para realizar las mediciones, es importante contar con una guía clara que facilite el proceso, existen varias hojas de ruta para las mediciones como la [guía de medición: por una buena comida en la escuela](#), la [lista de control de política alimentaria](#) o el [Plan de acción del EIAE](#), que se pueden seguir fácilmente. Comunicar los resultados de la medición y elaborar un plan de gestión de residuos alimentarios para actuar en función de las conclusiones y reducir los residuos, son medidas que ayudan a tener un control más exhaustivo de los desperdicios y conocer dónde se debe actuar.

Indicadores:

- Organización de la Semana contra el Desperdicio de Alimentos: Sí/No
- Sistema de vigilancia operativo: Sí/No
- Plan de gestión de residuos alimentarios: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de las comunicaciones sobre la Semana contra el Desperdicio de Alimentos
- ☐ Descripción del sistema de control
- ☐ Copia del plan de gestión de residuos alimentarios

BUENAS PRÁCTICAS

Umeå, Suecia - Pizarra de residuos alimentarios

3 EDUCACIÓN Y APRENDIZAJE (PILAR C)



Enseñar y aprender sobre alimentos y sistemas alimentarios afecta a las tres dimensiones del desarrollo sostenible: ambiental, social y económica. Al enseñar a los niños y las niñas no sólo la teoría, sino también a cocinar, cultivar y comprender en la práctica de dónde proceden sus alimentos y qué efecto tienen en el medio ambiente, adquirirán las habilidades y los conocimientos que les permitirán tomar decisiones que afectan directamente a su salud y a la del planeta, tanto ahora como en el futuro. Aprender sobre alimentación sana, bienestar animal, sostenibilidad y ética alimentaria, no sólo ayudará a los niños y niñas a reflexionar sobre sus elecciones alimentarias, sino también, en un sentido más amplio, sobre cuestiones relacionadas con la alimentación y la salud.

Un requisito previo es que el equipo escolar (profesorado, equipo de restauración, personal) también adquiera las competencias suficientes para apoyar a los niños y las niñas en este proceso de aprendizaje.

3.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC)

BC.C.1. La alimentación en el plan de estudios

La alimentación sana, la producción y el consumo sostenible de alimentos forma parte de varios planes de estudios de diferentes materias y/o un proyecto interdisciplinar para cada curso, adaptados a las diferentes edades y etapas de desarrollo de los niños y las niñas.

¿Cómo?

Una única unidad o actividad sobre un tema de salud tiene poco efecto. Lo mejor es introducir al alumnado en el tema de la alimentación sana y sus aspectos sostenibles en varias áreas de aprendizaje a lo largo de su escolarización.

La alimentación puede integrarse en numerosas materias. Puede incluir contenidos curriculares relativos a la preparación de alimentos y la nutrición, la biología, las ciencias, las matemáticas, las ciencias sociales, la historia, la educación física y la hostelería y la restauración,...

Indicadores:

- El tema de la alimentación sana y sostenible se integra en diferentes materias y/o proyectos interdisciplinares: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Nº de unidades en cada materia y/o una descripción del proyecto o proyectos interdisciplinares sobre alimentación sana y sostenible.

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

Bratislava, Eslovaquia - Aprender haciendo desde la infancia

Bremen, Alemania - Cocina en transición

Budapest, Hungría - Huerto escolar

Budapest, Hungría - Conferencia científica de estudiantes

Castelló, España - Actividades de huerto escolar durante el almuerzo

Copenhague, Dinamarca - La maleta sensorial

Copenhague, Dinamarca - Embajadores del clima contra el despilfarro de alimentos

Copenhague, Dinamarca - Huerto escolar local

Dobroměřice, República Checa - Época de cosecha, semana de la manzana

Dunkerque, Francia - DK Chef challenge

Essen, Alemania - Huerto escolar y taller de cocina

Essen, Alemania - Economía doméstica para toda la vida

Gante, Bélgica - Estudiantes de nutrición y dietética al rescate

Gante, Bélgica - Día dedicado al desperdicio de alimentos

Gante, Bélgica - Taller para profesores sobre cultura alimentaria en la escuela

Lyon, Francia - La banda gourmet

Malmö, Suecia - Schoolchef4change

Malmö, Suecia - Visualizar el almuerzo

Malmö, Suecia - Comida con pelo

Nuoro, Italia - Juego de rol para alumnos sobre alimentación y salud

Núremberg, Alemania - Good Food 7

Prachatice, República Checa - Elaboración de un aperitivo y aprendizaje

Praga, República Checa - Cultivo de setas ostra en posos de café

Tallin, Estonia - Cocinar con los niños en el comedor escolar

Tallin, Estonia - Renovación del comedor escolar con niños

Umeå, Suecia - Pizarra de residuos alimentarios

Umeå, Suecia - Verdura de temporada de la semana

Umeå, Suecia - Mini chefs en el restaurante de la escuela

Viena, Austria - Hamburguesa deconstruida @ foodtrailer

Viimsi, Estonia - ¡Pon en tu plato todo lo que puedas comer!

Viimsi, Estonia - Alimentación, nutrición y desperdicio de alimentos

Viimsi, Estonia - Los estudiantes cultivan sus propias hierbas

OTRAS BUENAS PRÁCTICAS

Camping climático en la granja (Lovaina, Bélgica)

Probar alimentos nuevos para niños pequeños (Países Bajos)

Numeroso material educativo e informativo sobre temas de nutrición infantil y educación nutricional (Baden-Württemberg, Alemania)

Proyecto Abejas (Eslovaquia)

Actividades transversales Día Mundial del Agua (Eslovaquia)

HERRAMIENTAS

[Visión general de la alimentación sana y sostenible - Bélgica](#)

[Recursos para docentes sobre temas alimentarios - EIT Food](#)

[Conjunto de criterios - fichas de inspiración que utilizará el GTAE](#)

[Mapeo de sistemas con Fairtrade - Plan de clase](#)

[Kit de lecciones de primaria para el Desayuno Fairtrade](#)

[Actividades sobre procesamiento de alimentos - EIT Food](#)

[Actividades para leer las etiquetas de los alimentos - EIT Food](#)

[Actividades sobre el desperdicio de alimentos - EIT Food](#)

BC.C.2. Actividades de cultivo, cosecha y cocina

El centro propone actividades y proyectos prácticos en los que puede participar todo el alumnado.

¿Cómo?

Estas actividades sobre el cultivo, la cosecha y la cocina tienen lugar en el centro, en el contexto de clases específicas (y, por tanto, vinculadas a BC.C.1.) o durante los recreos. La escuela anima a su alumnado a participar en estas actividades. Algunos ejemplos: el alumnado puede mantener un huerto escolar; cultivan hierbas, hortalizas como tomates cherry o frutas como fresas en el aula; cuidan gallinas o aprenden a hacer sopa u otros platos sanos y sabrosos, junto con el personal de cocina; aprenden en la práctica a hacer compost; ...

Designar siempre a una persona responsable del proyecto específico dentro del equipo docente garantizará la continuidad y puede mantener motivado al alumnado.

Indicadores:

- Proyectos prácticos, relacionados con el cultivo, la cosecha, la cocina o la elaboración de compost: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Lista o fotos de proyectos prácticos, relacionados con el cultivo, la cosecha, la cocina o la elaboración de compost, con una breve descripción.

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

[Bratislava, Eslovaquia - Aprender haciendo desde la infancia](#)

[Budapest, Hungría - Huerto escolar](#)

[Castelló, España - Actividades en el huerto escolar durante la comida](#)

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

[Copenhague, Dinamarca - Huerto escolar local](#)

[Dunkerque, Francia - DK Chef Challenge](#)

[Essen, Alemania - Huerto escolar y taller de cocina](#)

[Gante, Bélgica - ¡Batalla en la cocina de la escuela!](#)

[Malmö, Suecia - SchoolChef4change](#)

[Malmö, Suecia - Comida con pelo](#)

[Nuoro, Italia - Prueba Farm2School](#)

[Prachatice, República Checa - Elaboración de un aperitivo y aprendizaje](#)

[Praga, República Checa - Cultivo de setas ostra en posos de café](#)

[Tallin, Estonia - Cocinar con los niños en el comedor escolar](#)

[Tallin, Estonia - Talleres de fiambresas saludables / Sensibilización nutricional / Descubrir el mundo de las verduras](#)

[Umeå, Suecia - Verdura de temporada de la semana](#)

[Umeå, Suecia - Mini chefs en el restaurante de la escuela](#)

[Viimsi, Estonia - Alimentación, nutrición y desperdicio de alimentos](#)

[Viimsi, Estonia - Los estudiantes cultivan sus propias hierbas](#)

HERRAMIENTAS

[El hermanamiento entre granjas y escuelas en pocas palabras](#)

[Hermanamiento entre granjas y escuelas: informe completo del proyecto](#)

BC.C.3. Talleres temáticos y recursos educativos para docentes y otro personal escolar

La escuela ofrece al personal docente talleres temáticos y recursos educativos, o les informa de dónde pueden formarse.

¿Cómo?

Se puede hacer una presentación general del EIAE a todo el equipo docente del centro. Una opción es elegir a una persona motivada dentro del equipo escolar (por ejemplo, un miembro del GTAE) o un familiar con una gran afinidad por el tema para hacerlo. Una vez que todo el mundo dentro de la escuela entienda el diseño del EIAE y tan pronto como se hayan compartido los resultados de la revisión y el plan de acción (criterio A.2.), la escuela puede proporcionar talleres y herramientas adicionales que apoyen al personal docente en su papel dentro de la implementación del EIAE. Por ejemplo, se puede proporcionar un "rincón de nutrición" especial en la sala de profesorado con directrices nacionales sobre nutrición y todo tipo de literatura profesional interesante sobre el tema.

Indicadores:

- El personal docente tiene acceso a recursos educativos: Sí/No
- El centro organiza talleres para docentes y otro personal del centro: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Listado de los recursos educativos disponibles
- ☐ Nº de talleres temáticos completados + nº de participantes y breve descripción

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

Bremen, Alemania - Cocina en transición

Essen, Alemania - Economía doméstica para toda la vida

Gante (Bélgica) - Taller para profesores sobre cultura alimentaria en la escuela

Lyon, Francia - "Proyecto de macedonia de frutas" por la salud y los aperitivos sin residuos

Nitra, Eslovaquia - De la renovación al bar de ensaladas

3.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC)

Para alcanzar el nivel plata, la escuela debe cumplir, además de los criterios bronce, al menos 3 (tres) de los 6 criterios siguientes. Para alcanzar el nivel oro, debe cumplirse un mínimo de 5 (cinco) de los 6 criterios siguientes.

AC.C.4. Eventos y actividades alimentarias educativas en el centro

¿Cómo?

Para desarrollar la educación sobre la alimentación en el ámbito educativo, es importante que el personal docente conozca los contenidos didácticos del año anterior y posterior al curso escolar en el que imparten clase. Del mismo modo que es mejor conocer los temas alimentarios que se tratan en las diferentes materias/proyectos de aprendizaje. Por eso es importante que haya suficiente coordinación dentro del equipo en cuanto a los contenidos didácticos de los distintos años y las distintas asignaturas.

También se organiza al menos un acto para toda la escuela en el que se reúne todo lo aprendido y las percepciones de forma atractiva. Este acto puede organizarse en torno a un subtema (por ejemplo, el desperdicio de alimentos) y, por lo tanto, también puede vincularse a otros criterios (por ejemplo, BC.B.7. medir el despilfarro de alimentos durante la semana frente al despilfarro de alimentos). En este acto también se puede debatir el plan de acción para alcanzar el siguiente nivel con el equipo escolar y el alumnado o establecer vínculos con las familias/personas responsables y el entorno escolar en general. También puede ser una ocasión excelente para organizar una Fiesta del Día del Comedor.

Hay que tener en cuenta que el objetivo del acto es que el alumnado reúna todo lo generado en las diferentes materias, evidenciando todo lo aprendido.

Indicadores:

- Organización de un acto educativo anual para toda la escuela: Sí/No
- El equipo escolar integra contenidos de sostenibilidad y desperdicio alimentario en las diferentes etapas educativas y asignaturas: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Acta de la reunión sobre la coordinación entre el equipo docente (coordinación de ciclo, de departamento, claustro, etc.)
- ☐ Descripción y/o fotografías de las actividades realizadas durante el curso y evento anual

BUENAS PRÁCTICAS

Budapest, Hungría - Semana del proyecto de sostenibilidad

Umeå, Suecia - Verdura de temporada de la semana

AC.C.5. Conocimiento profundo de la alimentación saludable y de la producción y el consumo sostenibles de alimentos

¿Cómo?

En este nivel la alimentación saludable y la producción y el consumo sostenibles de alimentos se ha traducido en objetivos de aprendizaje concretos que describen lo que el alumnado debe saber y ser capaces de hacer a lo largo de los distintos años de aprendizaje. El centro ha conseguido hacer de la "alimentación y nutrición sanas y sostenibles" un tema por derecho propio dentro del plan de estudios. Esto significa que se han formulado objetivos intermedios transversales para los distintos años de estudio en relación con los conocimientos, las capacidades y las actitudes. La evolución en los objetivos intermedios se traduce en una estructura razonada de contenidos de aprendizaje, trabajo y formas de evaluación. El equipo escolar contribuye a estos objetivos interdisciplinares con sus propios enfoques pedagógicos.

Indicadores:

- La alimentación sana y sostenible es un tema propio del plan de estudios: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de los objetivos de aprendizaje para los distintos niveles/edades de aprendizaje

AC.C.6. La producción de alimentos en la educación del alumnado

¿Cómo?

En este nivel se implica a una o varias personas productoras de proximidad en la educación del alumnado. Enseñan al alumnado la producción de alimentos y muestran lo que hay que

hacer en el campo o la granja. El alumnado tiene la oportunidad de participar en actividades durante todo el año agrícola y participar en actividades como la siembra, la cosecha y la transformación. Estas actividades pueden tener lugar en una granja o campo local o en el patio / en el huerto escolar con el apoyo de una persona productora local.

Indicadores:

- Proyectos prácticos en una granja o campo local, o en el patio del colegio/en el huerto escolar con el apoyo de una persona productora local, relacionados con la siembra, el cultivo, la cosecha y la transformación: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Fotografías o entrada de blog sobre la inclusión de las personas productoras en la educación del alumnado

AC.C.7. El centro apoya al alumnado para que lleve a cabo proyectos prácticos in situ

¿Cómo?

En este nivel, el alumnado participa en la producción y transformación de alimentos de forma más sistemática a lo largo del curso escolar. De forma regular, ayudan en una granja o campo local y/o en empresas y/o asociaciones locales que suscriben los principios de una alimentación sana y sostenible. El alumnado experimenta el trabajo que hay que hacer en las distintas estaciones y participan en las diferentes etapas, desde la siembra hasta la cosecha y la transformación.

Todas las personas participantes (alumnado, personas productoras, docentes y otros agentes) evalúan cada año el proceso mediante una encuesta y lo adaptan si es necesario.

Indicadores:

- Proyectos prácticos, con la participación de personas productoras locales, accesibles para el alumnado durante todo el curso escolar: Sí/No
- Encuesta para la evaluación de los proyectos: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Nº de actividades + descripción
- ☐ Nº de agricultores y otros agentes implicados
- ☐ Resultados de la encuesta

AC.C.8. Formación del personal de restauración

¿Cómo?

El centro discute los requisitos específicos de las comidas escolares sanas y equilibradas (véase el pilar B) con el equipo de cocina y/o el proveedor externo y, si procede, estos requisitos se incluyen en los criterios para la compra y contratación de comidas escolares. Si la cocina de la escuela funciona internamente, el personal de cocina es miembro del equipo de la escuela y ya participa en talleres internos (véase también BC.C.3.). Si el catering corre

a cargo de un proveedor externo, la escuela se asegurará de que éste imparta formación al personal implicado: tienen que saber lo que implica un EIAE y conocer los principios de una alimentación sana y sostenible. También se puede proporcionar información sobre la aplicación de esos principios en la cocina o el comedor.

Indicadores:

- El personal del comedor/cocina tiene las habilidades y conocimientos necesarios para explicar el EIAE y promover pautas alimentarias saludables y sostenibles: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Descripción de la formación y número de participantes

AC.C.9. Colaboración entre docentes y personal de comedor



¿Cómo?

La escuela fomenta la colaboración entre el personal docente y el del comedor. El equipo docente trabaja con el equipo (externo) de catering o cocina para alinear sus objetivos en torno a una alimentación sana y sostenible. Juntos, crean materiales relacionados con las comidas para el alumnado.

Indicadores:

- Los objetivos alineados del equipo docente y de restauración conducen a materiales relacionados con las comidas para el alumnado: Si / No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Nº de materiales relacionados con las comidas y copia de algunos ejemplos

4 COMUNIDAD Y ASOCIACIÓN (PILAR D)



Este pilar se ocupa de la cooperación con un amplio abanico de actores en el entorno que rodea a la escuela. Ni que decir tiene que se puede conseguir un impacto aún mayor si un amplio grupo de actores se compromete a colaborar: no sólo las familias, sino también la administración local, las tiendas de alimentación, las asociaciones locales, las residencias de personas mayores y/o las juntas vecinales.

No se trata sólo de elegir bien los alimentos. También se trata de celebrar la buena comida y su importancia en tantas ocasiones importantes y en tantas culturas diferentes.

Hay que recordar que la esencia del EIAE es el principio de que debemos hacer que la buena comida sea la opción más fácil para todos nosotros, sin importar quiénes seamos o dónde estemos.

4.1 CRITERIOS DE BRONCE (BC)

BC.D.1. El centro ofrece a las familias la oportunidad de participar en las actividades alimentarias de la escuela

El centro da la oportunidad a las familias de implicarse en la escuela a muchos niveles diferentes. Los miembros de la familia pueden, por ejemplo, ayudar en el mantenimiento del huerto escolar, compartir sus conocimientos con el alumnado, ayudar en las actividades culinarias, pero también pueden participar en el GTAE y ayudar en la creación de una nueva visión y política alimentaria escolar (véase BC.A.2.), desde el principio.



¿Cómo?

Involucrar a las familias en el EIAE crea una interacción estimulante entre el centro, el hogar y otros espacios comunitarios. Se anima a las familias a compartir sus conocimientos y puntos de vista, a echar una mano o a inspirarse en la escuela, y pueden desempeñar un papel activo en casa para que los hábitos alimentarios sean más sanos y sostenibles. Una vez al año, por ejemplo, se puede invitar a las familias a comer en la escuela con sus hijos e hijas. Este es un buen momento para crear apoyo a la visión alimentaria e implicar activamente a las familias en acontecimientos concretos. Este criterio puede cumplirse combinándolo con otros criterios como 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.

Indicadores:

- Se invita a las familias a eventos o reuniones específicos para comprender y/o debatir la visión de la alimentación del centro y para ayudar en la aplicación de la política alimentaria del centro y todo tipo de actividades relacionadas: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de la comunicación con las familias y descripción de las actividades

MEJORES PRÁCTICAS DE SF4C (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

[Louny, República Checa - De la granja a la mesa en nuestra escuela](#)

[Lyon, Francia - Desayunos sanos y sostenibles para todos en Jean Mermoz](#)

[Malmö, Suecia - Degustación gastronómica para familias](#)

[Nuremberg, Alemania - Formación para familias y alumnado](#)

[Vranov nad Topľou, Eslovaquia - Convertir la desventaja en ventaja](#)

BC.D.2. La escuela comunica a la comunidad en general su visión de la alimentación escolar

¿Cómo?

La escuela (u otro actor, por ejemplo, la administración local) comunica claramente sobre el EIAE y las ambiciones y actividades hacia la comunidad escolar en general (gobierno local, actores locales vinculados a la escuela, juventud, alimentación, salud, sostenibilidad, etc.). Por ejemplo, la escuela o un representante pueden dirigirse a la comunidad local a través del sitio web. Pueden enviar comunicados de prensa a los medios de comunicación (locales) para eventos específicos, organizar sesiones informativas inspiradoras para la comunidad escolar en general o participar en debates locales en torno a una alimentación sana, sostenible, justa y accesible para niños, niñas y jóvenes. Véase también AC.A.12.

Indicador

- La visión/ambiciones de la escuela en materia de alimentación y la información sobre las actividades del EIAE se comunican a la comunidad escolar en general: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia o foto de las comunicaciones representativas dirigidas a la comunidad en general.

BUENAS PRÁCTICAS SF4C (CURSO ESCOLAR 2022-2023)

Budapest, Hungría - SF4C Blog

Dobroměřice, República Checa - La mañana del granjero en la escuela infantil

Essen, Alemania - Mesa redonda

Núremberg, Alemania - Búsqueda del tesoro en Knoblauchsland

Copenhague, Dinamarca - Cenas comunitarias



4.2 CRITERIOS ADICIONALES (AC)

Para alcanzar el nivel plata, la escuela debe cumplir, además de los criterios bronce, al menos 2 de los 4 criterios siguientes. Para alcanzar el nivel oro, deben cumplirse los 4 criterios siguientes.

AC.D.3. Talleres temáticos para familias

¿Cómo?

Se invita a las familias a participar en la aplicación de la política alimentaria y a participar en talleres temáticos.

Una introducción general sobre cómo implantar un EIAE y la importancia y el significado de una alimentación sana y sostenible en la escuela aumentará la implicación de las familias hacia ella. Se debe intentar averiguar qué necesidades adicionales tienen las familias, para poder ofrecer sesiones informativas y talleres adaptados, por ejemplo, sobre el menú (véase también el criterio BC.B.3), bebidas sostenibles y saludables (véase el criterio AC.B.13.), fiambreras y meriendas (véanse los criterios BC.B.5 y AC.B.14.). Eventualmente, el centro educativo puede combinar esta actividad con el criterio BC.C.3 (talleres para docentes). Las personas embajadoras de la alimentación también pueden desempeñar un papel a la hora de implicar a las familias (véase el criterio AC.A.14).

Indicadores:

- La escuela ofrece sesiones informativas y talleres adaptados para familias: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ N° de talleres temáticos + descripción

AC.D.4. Las familias participan activamente en las actividades alimentarias

¿Cómo?

Las familias comparten sus conocimientos con el alumnado, otras familias y miembros del entorno escolar.

Existe un sentimiento de apoyo a una alimentación sana y sostenible entre las familias. En este sentido, se puede contar con estas para que compartan sus conocimientos y habilidades con el alumnado y otras familias (por ejemplo, dentro del GTAE, criterio AC.A.6). Son opciones convenientes utilizar el comedor o el huerto escolar para compartir ellos mismos prácticas interesantes, por ejemplo, en actividades de cultivo de alimentos y cocina (véase el criterio AC.B.8).

Las familias también deben participar activamente en un proceso multisectorial con el gobierno local, los comercios locales, las empresas y las organizaciones del entorno de la escuela, desalentando un entorno escolar insalubre (véase AC.B.15) y desarrollando un sistema de ayuda económica para las familias con bajos ingresos (véanse AC.B.16 y 17).

Indicadores:

- Se invita a las familias a compartir sus conocimientos y habilidades con el alumnado y otras familias y a participar en el grupo de trabajo sobre alimentación escolar (GTAE) y en los procesos de las múltiples partes interesadas: Sí/No

Pruebas que deben aportarse:

- ☐ Copia de la comunicación con las familias y descripción de las actividades

AC.D.5. La escuela comunica ampliamente sus actividades del EIAE**¿Cómo?**

La escuela comunica ampliamente los logros que le han llevado al nivel de bronce, plata u oro. La mejor opción es organizar la comunicación externa y reforzar la imagen del centro educativo. A partir de ahora, lo más adecuado es desarrollar un plan de comunicación anual sobre el EIAE en la página web del centro: compartir el plan de acción, publicar regularmente noticias sobre las distintas actividades y compartir también las lecciones aprendidas. Si la escuela tiene un boletín, también es bueno incluir una sección regular sobre el EIAE. Preparar un plan de comunicación en el que se prevean comunicaciones en distintos momentos del año a grupos destinatarios diferentes y específicos.

Este criterio es idéntico al criterio AC.A.13. Por tanto, si se ha cumplido en el pilar A, también se puede marcar en este pilar.

Indicadores (véase AC.A.13):

- Existe un plan de comunicación claro con diferentes comunicaciones dirigidas a diferentes grupos destinatarios: Sí/No
- Comunicación a la comunidad sobre los logros: Sí/No
- Responsable de comunicación designado: Sí/No

Pruebas que deben aportarse (véase AC.A.13):

- ☐ Datos de contacto del responsable de comunicación
- ☐ Copia del plan de comunicación
- ☐ Copia o foto de las comunicaciones más importantes

AC.D.6. La escuela implica activamente a la comunidad escolar en su EIAE

¿Cómo?

Representantes de la comunidad en general participan en el grupo de trabajo sobre alimentación escolar (GTAE). La escuela comunica a la comunidad escolar en general sus progresos y actividades. El comedor de la escuela se utiliza para actividades alimentarias dentro de la comunidad en general.

Indicadores y pruebas que deben presentarse

La escuela puede cumplir este criterio cumpliendo (uno de) los siguientes criterios: AC.A.7, AC.B.10, AC.B.15, AC.B.17, AC.C.6, AC.C.7.



BUENAS PRÁCTICAS

Un consejo escolar en cada escuela (Valencia, España)

En la Comunitat Valenciana, cada centro educativo tiene su propio consejo escolar (formado por la dirección del centro, el profesorado, representantes de las familias y el alumnado), donde a veces surgen debates sobre cuestiones alimentarias con el fin de desarrollar estrategias alimentarias y planes de acción para el establecimiento de un comedor escolar sostenible. En el consejo escolar se suele hablar del balance de cuentas. Por lo tanto, es un espacio infrautilizado. El proceso de creación de un comedor escolar requiere la participación activa de todos los agentes vinculados al comedor.

Un plan para una alimentación sana y sostenible en la escuela (Louny, República Checa)

La escuela infantil de la ciudad de Louny, en la República Checa, ha elaborado su Plan de Alimentación Sostenible y Saludable. El plan enumera varios objetivos y actividades que conducirán a su consecución. Las actividades incluyen la introducción de la educación alimentaria en los planes de estudio, el proyecto "Cero desperdicio de alimentos", la organización del mercado agrícola escolar, el uso en la cocina de alimentos frescos de temporada procedentes de proveedores locales, la utilización en la cocina de los productos de su huerto escolar, la participación de los niños en el cultivo, el uso exclusivo de productos de limpieza respetuosos con la naturaleza y la realización de excursiones con los niños a granjas locales.

Food-Boost, un método utilizado por el ayuntamiento para vincular la alimentación a la pedagogía de las escuelas (Klippan, Suecia)

El trabajo con la rueda FoodBoost comienza con una reunión inicial. El objetivo es que el personal de comidas y los docentes se conozcan; la reunión es fundamental. Ocho temas al año ayudan a crear comidas educativas. El concepto de la rueda FoodBoost se utiliza tanto en infantil como en primaria y secundaria. Más información [aquí](#) (sueco).

Normas sobre bebidas saludables (Eslovaquia)

Basándose en los principios del programa Escuela Saludable de Skutocnezdravaskola, se ha modificado el reglamento escolar de uno de los centros. El alumnado no puede llevar al colegio bebidas con cafeína (por ejemplo, Coca-Cola) u otras bebidas, incluidas las energéticas, que provocan inquietud, irritación y nerviosismo. Mediante la educación y la inclusión de estilos de vida saludables en el plan de estudios, Skutocnezdravaskola intenta evitar que los alumnos lleven a la escuela patatas fritas, comida rápida, alimentos demasiado grasos o alimentos precocinados para merendar.

Real Food for real people - Documental de Rikolto en Copenhague (Dinamarca)

La Casa de la Alimentación de Copenhague se creó en 2007 para mejorar la calidad de los alimentos y proporcionar una mejor alimentación a escuelas, residencias de ancianos, etc. Se formó al personal de cocina, se cambió la forma de trabajar de las instituciones, se redujeron las pérdidas de alimentos y se mejoró su calidad. El vídeo, de 20 minutos de duración, fue

encargado por Rikolto. Se puede ver [aquí](#) y está en parte hablado en danés y en parte en inglés con subtítulos en neerlandés.

Comunicado de prensa: Ahora toca cocinar (Nurnberg, Alemania)

La ciudad de Núremberg emitió un comunicado de prensa sobre los esfuerzos de la ciudad. La noticia fue recogida por la televisión nacional alemana (Tagesschau). Más información: ar@speiseraeume.com

Conjunto de fotos que muestran cómo la escuela comunica sobre alimentos sanos y sostenibles (República Checa)

En la República Checa, muchas escuelas llevan tiempo trabajando en una alimentación escolar sana y sostenible. Los esfuerzos de comunicación se dirigen al alumnado, pero también a las familias. Puede encontrar las fotos [aquí](#).

Embajadores de la Alimentación del EIT (Europa)

El proyecto financiado con fondos europeos EIT Food ha formado a un grupo de jóvenes influyentes en las redes sociales que están compartiendo sus ideas sobre el futuro de la alimentación entre su comunidad. Más información sobre el programa de embajadores [aquí](#).

El alumnado proponen ideas para mejorar las comidas escolares (Eslovaquia)

En Eslovaquia se anima al alumnado a que propongan ideas para mejorar las comidas escolares. Una vez al año, el alumnado celebra una sesión en la que pueden presentar sus sugerencias para mejorar las comidas escolares y las mejores se ponen en práctica.

Los jóvenes graban su mensaje sobre alimentación sana en una canción de hip hop (EE.UU.)

"Grow Food" es el proyecto culminante del Programa de Empleo y Formación Juvenil Verano 2016 de Appetite For Change. Urban Youth quería compartir su mensaje -la importancia de elegir activamente alimentos saludables- con sus compañeros y compañeras en un formato musical divertido y accesible. Mira el vídeo [aquí](#).

Carpeta elaborada para alumnos y cuidadores de la Escuela Europea (Bélgica)

El comedor sirve 2.500 comidas al día repartidas en 6 servicios. Todo se prepara in situ y se sirve siguiendo el principio de "*todo lo que puedas comer*". Más información en [este folleto](#).

Cortometraje de YouTube que muestra cómo el alumnado participa en el rediseño del comedor (Karlstad, Suecia)

Más información en [este](#) vídeo (subtítulos en inglés).

Cortometraje de YouTube que muestra cómo el alumnado participa en el rediseño del comedor (Amberes, Bélgica)

Más información en [este](#) vídeo (subtítulos en inglés).

Blog sobre la insonorización de los comedores escolares (Eslovaquia)

En colaboración con la empresa [Ecophon](#), Skutočnezdravaskola ha difundido una campaña de concienciación sobre el aislamiento de los comedores escolares. Explican a las escuelas cómo el ruido excesivo tiene un impacto negativo en todo. Algunas escuelas han recurrido a sus servicios y han insonorizado sus comedores. Puede consultar el blog [aquí](#) (en eslovaco). También puede consultar este blog ([en español](#)), así como consultar [esta experiencia en un comedor escolar en Ibiza](#).

Reorganización del horario escolar (Eslovaquia)

En una escuela de Eslovaquia reorganizaron el horario escolar. Las clases de infantil, en las que los docentes siguen acompañando a su alumnado, van a comer después de la 4ª hora, almuerzan y luego continúan con la 5ª hora. El alumnado mayor almuerza después de la 5ª hora, como de costumbre. Esto disminuyó el ruido y la presión para el comedor escolar. Había más espacio para sentarse y era más tranquilo. La escuela tiene que comunicar a las familias las diferentes horas a las que pueden recoger a sus hijos e hijas. Los niños y las niñas que no almuerzan se quedan en clase, tienen un descanso o el profesorado puede hacer alguna actividad relajante con ellos.



Comidas escolares programadas (Suecia)

En Suecia, algunos municipios y escuelas están probando las "comidas escolares programadas". Se trata de una forma de ver el "descanso para comer" previo no como un "descanso", sino más bien como una "clase", por ejemplo de matemáticas o geografía. Es un tiempo en el que vas, junto con el personal docente y tus compañeros y compañeras, de la sesión anterior directamente al restaurante escolar, y luego (una vez que se acaba el tiempo y todas las personas han terminado) todo el alumnado vuelve al aula y continúa la sesión. Esto es muy diferente de la forma tradicional de programar las pausas para el almuerzo escolar en Suecia, donde la mayor parte de las horas de comer (a menudo se programan 20 minutos en el comedor) van seguidas directamente de un descanso al aire libre para el alumnado. La nueva forma de hacerlo sigue garantizando que los niños y las niñas pasen tiempo al aire libre, pero no junto con la hora del comedor escolar. El resultado es que los menores están mucho más relajados y tienen tiempo para comer algo si lo desean. El hecho de que todos los niños y las niñas coman juntos con sus profesores y profesoras también garantiza un ambiente mucho más tranquilo en los comedores y restaurantes escolares.

Intercambio entre dos centros de enseñanza de secundaria (Bélgica/Vietnam)

Como parte de nuestro programa "buena comida en la escuela", organizamos un intercambio entre dos centros de secundaria de Bélgica y Vietnam. Un grupo de entusiastas estudiantes de Sancta Maria Leuven y del instituto Nam Trung Yen prepararon cada uno una sopa típica de su país, compartieron sus experiencias y respondieron a un montón de preguntas. Más información y un guión para organizar un intercambio de este tipo se puede encontrar [aquí](#).

Ejemplos de comidas sanas y sostenibles para escuelas de infantil y de primaria (Alemania)

FitKid es una iniciativa alemana para comidas sanas y sostenibles en escuelas infantiles y de primaria. En la [web](#) alemana se puede encontrar mucha información y planes de comidas semanales.

Nuoro, Italia - Juego de rol para alumnos sobre alimentación y salud

El municipio de Nuoro organizó un juego de rol para escolares en el marco de su compromiso de movilizar a la red municipal en torno a la alimentación y la salud. En el juego de rol participaron activamente dos clases (unos 20 niños y niñas cada vez).

Trata de la sostenibilidad de la contratación pública de alimentos. El alumnado se agrupó en grupos de jugadores, y jugaron actuando como si fueran ellos mismos las partes implicadas en la contratación. Para más información, póngase en contacto con la organización Ecosistemi que realizó el juego de rol: Thais Palermo, thais.palermo@fondazioneecosistemi.org.

Programa para mejorar la alimentación en los comedores de 40 escuelas (Eslovaquia)

La organización eslovaca Skutočnosťdravaskola ayuda a 40 colegios a preparar comidas escolares sanas y sostenibles. Para ello, comparan el estado actual de la preparación de la comida en las cafeterías con los criterios del programa Escuelas Realmente Sanas y las recomendaciones con la revisión de 2021 en los ámbitos de la calidad de los alimentos y el lugar de origen (dentro de los [criterios del CSE](#)). Dan recomendaciones a las cafeterías sobre cómo pueden cumplir los criterios de forma incremental. [Aquí](#) se puede encontrar un resumen en eslovaco.

Cartel de promoción de hábitos alimentarios saludables (España)

Este [cartel](#) para familias fue realizado por las autoridades locales de Madrid. El póster pretende fomentar hábitos alimentarios saludables sin perder los valores de salud y sostenibilidad medioambiental. También ayuda a identificar los productos que no son adecuados.

Proyecto sobre residuos alimentarios (Bélgica)

Para concienciar sobre el problema del desperdicio de alimentos, la escuela primaria Notre-Dame des Champs organizó un pesaje de cubos para conocer los hábitos del alumnado y establecer un plan de acción para luchar contra el desperdicio de alimentos en la escuela. [Aquí](#) se puede encontrar un breve videoclip (en francés) sobre lo que hicieron.

Compostadores de alimentos (Brezov, Eslovaquia)

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

Camping climático en la granja (Lovaina, Bélgica)

El campamento climático celebrado en una granja es el final de una semana de sostenibilidad para el alumnado de un colegio de Lovaina. Durante toda la semana han aprendido sobre el tema con multitud de actividades relacionadas con la alimentación. Terminaron la semana en la granja, donde tuvieron que intentar tener el menor impacto posible en el clima durante 24 horas. Con un retrete ecológico, un consumo limitado de agua y energía y la elaboración de deliciosas recetas locales, de temporada y principalmente vegetales. Más [información](#) sobre este proyecto en neerlandés.



Nuoro (Italia), prueba Farm2School

Implicamos activamente a dos clases (40 niños y niñas) de edades comprendidas entre los 8 y los 10 años. Para organizar el hermanamiento de granjas, colaboramos con la agencia

regional LAORE, que presta asistencia técnica en el sector agrícola en Cerdeña. Junto con los expertos de LAORE, celebramos una primera sesión de una hora en clase, en la que explicamos al alumnado lo que íbamos a hacer, echamos un vistazo a la granja y explicamos cómo se elabora el queso a partir de la leche. Después visitamos la granja. Fue una experiencia increíble que permitió a los niños y niñas probar a ordeñar y hacer queso por sí mismos. La granja ofreció un aperitivo de queso ricotta con miel. Para más información y presentación, póngase en contacto con Sara Porru: sara.porru@comune.nuoro.it.

Probar alimentos nuevos para niños y niñas pequeños (Países Bajos)

Smaaklessen es una conocida iniciativa neerlandesa para escuelas primarias (en Países Bajos a partir de 4 años) que permite a los niños y niñas probar nuevas frutas y verduras de forma lúdica. Incluye información sobre alimentación sana, degustación, producción de alimentos y cocinar uno mismo. Más información [aquí](#).

Materiales educativos e informativos sobre temas de nutrición infantil y educación nutricional (Baden-Württemberg, Alemania)

La iniciativa estatal BeKi apoya a escuelas infantiles y jardines de infancia con numerosos materiales educativos e informativos sobre temas de nutrición infantil y educación nutricional. Los materiales educativos contribuyen de forma significativa a la aplicación del plan de orientación para la educación y la crianza en las escuelas infantiles y otros centros educativos de Baden-Württemberg. [Página web](#) en alemán.

Proyecto Abejas (Eslovaquia)

Los niños y niñas [aprendieron sobre las abejas](#) a través de varias asignaturas. Leyeron un cuento sobre abejas, recogieron y contaron granos de polen en matemáticas, investigaron sobre la vida y el desarrollo de las abejas y buscaron parejas de cartas. En clase de arte, hicieron una colmena con sus habitantes.

Actividades transversales Día Mundial del Agua (Eslovaquia)

En un colegio de Eslovaquia se celebró el Día Mundial del Agua y alumnado de distintas edades aprendieron sobre el tema. Podían acudir al colegio vestidos de azul y hablaron del agua en un breve programa de radio preparado por el alumnado de 7º curso. Los alumnos y alumnas de 6º se centraron en el ciclo del agua en la naturaleza. Los y las de 5º prepararon proyectos sobre los peces, que forman parte del ecosistema acuático. Observaron diferentes microorganismos en el agua con un microscopio. En 8º y 9º debatieron sobre la importancia del agua, su significado para el organismo humano, la deshidratación - sus causas y consecuencias, en las clases de lengua eslovaca. En química, los alumnos y alumnas de 8º y 9º prepararon presentaciones sobre el agua potable, la conservación del agua en los hogares y las formas de protegerla. El alumnado de primer curso creó bellas obras de arte sobre el agua. Otros alumnos y alumnas prepararon experimentos con pintura y agua limpia.

HERRAMIENTAS

Matriz GF@S

La mayoría de las escuelas que empiezan a trabajar en un EIAE ya tenían un interés previo por la alimentación. Para empezar el trabajo sobre la alimentación en el centro se puede hacer una revisión de lo que ya se ha hecho y consolidado. Tal vez la escuela ya sirve café de comercio justo o la alimentación se aborda en algunas clases. El mapeo ayuda a crear una historia coherente a partir de un montón de acciones. Se puede encontrar un ejemplo de esta matriz [aquí](#), para que resulte más fácil rellenarla desde la escuela.

Hoja de Acción Política alimentaria: qué y cómo

En [este documento](#) que hemos traducido se puede encontrar un breve resumen de lo que es una política alimentaria y cómo puede utilizarse en la escuela.

La cartografía ecológica es una técnica que puede considerarse una forma simplificada de análisis cualitativo de redes.

La cartografía ecológica no es un objetivo en sí mismo, sino un marco de proceso que ayuda a definir y priorizar los problemas y cuestiones medioambientales sobre los que hay que actuar. Una vez completado, el mapa ecológico puede servir de base para un sistema de gestión medioambiental más amplio. Se puede encontrar el kit de herramientas [aquí](#).

Mapeo de sistemas con Fairtrade - Plan de clase

Esta sesión para alumnado de KS3/KS4 (o de Tercero y Cuarto en Escocia) introduce a los y las jóvenes en el concepto de pensamiento sistémico y en el poder colectivo que todos tenemos para introducir grandes cambios en nuestro modo de vida. Se puede encontrar [aquí](#).

Tarjetas de inspiración - conjunto de criterios

Estas tarjetas pueden utilizarse para tener una visión clara de lo que significa cada pilar de una forma muy visual y sencilla. Las tarjetas traducidas a español están disponibles [aquí](#).

Cuestionarios para que el personal y el alumnado evalúen la alimentación escolar by Skutočne zdrava škola

- [Cuestionario para estudiantes de secundaria](#) (en eslovaco).
- [Cuestionario para familias y/o centros de enseñanza primaria](#) (alumnos de 6 a 10 años) (en eslovaco).
- [Cuestionario para el personal escolar](#) (en eslovaco).
- [Amplio cuestionario para el alumnado](#) (en inglés).
- [Amplio cuestionario para el personal escolar](#) (en inglés).

Hoja de acción sobre embajadores de la alimentación en su centro educativo (Bélgica)

Los y las jóvenes se inspiran entre sí mucho más que con las personas adultas. También tienen opiniones firmes cuando se trata de temas sociales. Rikolto ofrece formación a jóvenes embajadores de la alimentación partiendo así de los intereses de los y de las jóvenes. A continuación, reciben formación práctica (por ejemplo, clases de cocina, visitas a granjas, etc.) y desarrollan acciones que se adaptan a su propio contexto escolar. Rikolto ha elaborado una hoja de acción para los centros educativos sobre cómo formar embajadores de la alimentación en la escuela. Puede encontrarse [aquí](#) la ficha adaptada en español. La

formación también puede impartirla el departamento de juventud de la ciudad.

Carta GoodFood@school

10 compromisos sostenibles

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

[SchoolFood4Change Informe sobre criterios y modelos innovadores para la contratación pública de comidas escolares sostenibles y saludables](#)

En este informe, los criterios propuestos incluyen un conjunto básico de recomendaciones, diseñadas para ser aplicadas por todas las ciudades, y varios criterios opcionales, que están diseñados para servir como "complementos" para las ciudades que ya están progresando bien con la compra sostenible de alimentos y/o buscan centrarse en temas o cuestiones particulares. Estos últimos podrían ser cualquier cosa, desde la mitigación del cambio climático, los grupos vulnerables, la economía circular, las cadenas cortas de suministro de alimentos, hasta la economía/resiliencia alimentaria regional. Las recomendaciones que se ofrecen en [este informe](#) se han desarrollado para garantizar la máxima flexibilidad y adaptabilidad para las ciudades de toda Europa.

[Hoja de acción para escuelas sobre frutas y hortalizas locales y de temporada \(Bélgica\)](#)

Rikolto ha elaborado una hoja de acción para las escuelas sobre frutas y hortalizas locales de temporada. En ella se explica a los niños y niñas por qué es mejor comer productos locales y

de temporada. Además, se proponen una serie de acciones para trabajar este tema: visitas a campos y huertos, sesiones de degustación en clase, ... [Aquí](#) se puede encontrar una ficha adaptada en español.

[Caja de herramientas de WWF sobre el despilfarro de alimentos con lecciones y actividades por cursos](#)

El kit de herramientas ofrece sesiones y actividades por curso. Incluye una guía didáctica, una presentación de diapositivas sobre el despilfarro de alimentos, instrucciones para una auditoría alimentaria, preguntas para el debate y actividades gratuitas para los alumnos. Más información [aquí](#).

[17 recursos para enseñar a no desperdiciar alimentos](#)

El Instituto de Educación Humanitaria reúne [aquí](#) vídeos, artículos, informes, sitios web y blogs, planes didácticos y actividades.

[Lecciones sobre el desperdicio de alimentos - EIT Food](#)

[Aquí](#) hay disponible material didáctico sobre el despilfarro de alimentos. Objetivos de aprendizaje: Esta sesión pretende concienciar al alumnado sobre la pérdida y el desperdicio de alimentos y darles algunas ideas prácticas sobre cómo evitarlos. Para ello, el alumnado (1) aprenderá la diferencia entre pérdida y desperdicio de alimentos; (2) conocerá los perjuicios que la pérdida y el desperdicio de alimentos causan a la sociedad, la economía y el medio ambiente; (3) reconocerá formas de reducir el desperdicio de alimentos.

[Empezar a luchar contra el despilfarro de alimentos \(Bélgica\)](#)

Rikolto ha tomado medidas contra el desperdicio de alimentos en varias escuelas. Lo han hecho junto con el alumnado y el personal del centro y han realizado mediciones del desperdicio de alimentos en la escuela. Durante una semana se miden todos los restos de comida. Después se comunican los resultados y juntos se buscan soluciones. Después, se vuelve a medir la comida para ver el impacto de las acciones. Rikolto ha desarrollado una hoja de acción para evitar el desperdicio de alimentos en la escuela. Puedes encontrar [aquí](#) una ficha adaptada en español.

[Hoja de acción sobre una alimentación rica en alimentos vegetales en la escuela \(Bélgica\)](#)

Rikolto ha elaborado una hoja de acción para colegios sobre cómo aumentar el consumo de alimentos vegetales en la escuela. En ella se explica por qué se puede conseguir que los niños y niñas se acostumbren a comer más alimentos vegetales y cómo hacerlo. Una opción conveniente es comenzar con un mapa de la situación de partida de la escuela. A continuación, se definen objetivos y se especifican acciones concretas. Disponible [aquí en español](#).

[Empezar a tomar almuerzos y meriendas sanos y sostenibles \(Bélgica\)](#)

Rikolto ha desarrollado una hoja de acción para meriendas saludables y sostenibles en la escuela. Puede encontrarse [aquí adaptada en español](#).

[Una visión divertida de la alimentación sana y sostenible: los dibujos animados de Eva Mouton \(Bélgica\)](#)

Puede utilizarse en las escuelas para dar visibilidad al tema de forma divertida. Cada visual

contiene un aspecto concreto de la alimentación sostenible. Pueden encontrarse [aquí](#).

Mapeo de sistemas con Fairtrade - Plan de clase

Esta sesión para alumnado de KS3/KS4 (o de Tercero y Cuarto en Escocia) introduce a los jóvenes en el concepto de pensamiento sistémico y en el poder colectivo que todos tenemos para introducir grandes cambios en nuestro modo de vida. Está disponible [aquí](#).

Sesiones sobre procesamiento de alimentos - EIT Food

[Aquí](#) se puede encontrar material didáctico sobre el procesado de alimentos. Objetivos de aprendizaje: 1. El alumnado será capaz de definir el término "alimentos procesados". 2. El alumnado podrá diferenciar entre los distintos tipos de alimentos procesados (ultraprocesados, industriales, caseros, etc.). 3. El alumnado podrá exponer las razones del consumo de alimentos ultraprocesados y debatir sobre el consumo inteligente de alimentos procesados.

Sesiones para leer las etiquetas de los alimentos - EIT Food

[Aquí](#) hay disponible material didáctico sobre las etiquetas de los alimentos. Objetivos de aprendizaje: 1. El alumnado aprenderá en qué consisten las etiquetas de los alimentos y serán capaces de comprender los diferentes datos que se presentan en ellas. 2. El alumnado adquirirá y utilizará herramientas para tomar decisiones informadas en materia de nutrición basadas en la lectura atenta de las etiquetas de los alimentos. 3. El alumnado debatirá las ideas erróneas sobre los ingredientes de las etiquetas alimentarias. Disponible en inglés.

Tarjetas de inspiración - conjunto de criterios

Estas tarjetas pueden utilizarse para tener una visión clara de lo que significa cada pilar de una forma muy visual y sencilla. Se pueden encontrar estas tarjetas [aquí en español](#).

Kit de iniciación para centros escolares (Bélgica)

Todos los centros escolares que quieran empezar con la "buena alimentación en la escuela" tienen acceso a un kit para principiantes. [Aquí](#) se encuentran disponibles carteles, presentaciones, un cuestionario, recetas... en neerlandés.

Para más recursos, visita la página web del proyecto: <https://schoolfood4change.eu/es/recursos/>

***THANKS FOR
THE FOOD!***



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