

# NORMES DEL MENJADOR

---

Escola Bora Gran de Serinyà  
Gestionat per l'AFA de l'Escola

## QUÈ ÉS EL MENJADOR?

El menjador és un espai per menjar, descansar i compartir amb companys i companyes. És un moment important del dia on podem aprendre a cuidar-nos, a conèixer i a sentir-nos bé.

### 1. COM ENS RELACIONEM?

- Ens parlem amb respecte, sense cridar ni dir paraules que facin mal.
- Escoltem els altres quan volen explicar alguna cosa.
- Si tenim un problema, demanem ajuda al monitor/a i ho parlem tranquil·lament.
- No peguem, no empenyem, no insultem. Ens cuidem entre tots.

### 2. A L'HORA DE MENJAR...

- Ens rentem les mans abans de dinar.
- Estem asseguts tranquils a taula, i esperem el nostre torn per servir-nos o parlar.
- Provar el menjar és una oportunitat, però si alguna cosa no ens agrada, ho diem amb respecte.
- Respectem el nostre cos i el dels altres: cadascú menja la quantitat que necessita.

### 3. QUAN ACABEM DE DINAR...

- Ens netegem la boca i les mans.
- Si toca raspallar-nos les dents, ho fem com un joc amb el Club del Somriure Saludable!
- Ajudem a recollir la taula.
- Sortim al pati quan ens ho indiquin.

### 4. A L'HORA DE JUGAR...

- Tenim racons diferents: per córrer, per imaginar, per fer manualitats o per descansar.
- Compartim els materials i respectem els torns.
- Si algú vol jugar sol o està trist, el respectem i l'acompanyem si cal.
- Si ens enfadem, podem anar al racó de calma o parlar amb un monitor/a.
- Tindrem en compte les propostes dinamitzades, hi participarem d'una manera correcta i les respectem si no volem formar-ne part.

### 5. SI NECESSITEM DESCANSAR...

- Els infants d'I3 i I4 poden fer migdiada o estar tranquils en un espai preparat.
- Si estem cansats, ho diem, i podem anar un moment a descansar.

### 6. SI ALGUNA COSA NO VA BÉ...

- Tots podem equivocar-nos. El més important és aprendre'n i fer les paus.

- • Si fem mal a algú o trenquem una norma, parlarem amb calma amb un adult.
- • Ens ajudaran a pensar com reparar el que ha passat: potser amb una disculpa, ajudant o reflexionant plegats.

## **7. ENTRE TOTES I TOTS FEM UN MENJADOR MILLOR**

Aquestes normes són per estar bé junts, cuidar-nos i aprendre cada dia.

Si tens una idea per millorar el menjador, la pots portar a l'assemblea del menjador o dir-la a un monitor/a!