

CURS 2025-2026

nutrilab

L'escola de l'educació nutricional!

alessa

LA NUTRI DADA



El **20,2%** dels nens/es a Espanya tenen sobrepes, i el **15,9%** obesi tat.



Més del 60 % dels nens i nenes menja davant la pantalla, fet que afecta als seus hàbitos alimentaris.



Al voltant del **20%** dels nens/es a Espanya no esmorzen cada dia.



Només **27%** dels nens espanyols consumeix la quantitat recomenada de fruites i verdures.

nutrii lab

L'escola de l'educació nutricional!

Amb l'objectiu de donar respostes a les necessitats socials, hem ideat un pla d'educació nutricional que vol transformar els hàbits d'alimentació dels nostres infants, fent-los protagonistes actius del procés d'aprenentatge i orientant-los a una ALIMENTACIÓ CONSCIENT. Ho farem a través d'una àmplia proposta educativa amb un enfocament lúdic per a convertir el menjador escolar, en el gran laboratori de l'alimentació.

alessa

Juntament amb la BOTICARIA GARCIA, hem preparat materials de divulgació per les famílies, els nostres equips de monitors/es i el nostre personal de cuina.

Us convidem a descobrir els secrets de l'alimentació escolar a través de 9 vídeo-píndoles.

MARIAN GARCIA

Farmacèutica, dietista-nutricionista, òptica-optometrista, divulgadora científica i docent espanyola. Autora de llibres com "El meu cervell té gana" o "El pernil de york no existeix" després de dotze anys dedicada a la divulgació, avui són més de mig milió les persones que segueixen diàriament els seus consells a través de les xarxes socials. el que li ha valgut, entre altres, el Premi Estratègia NAOS (Nutrició, Activitat Física i Prevenció de l'Obesitat), atorgat pel Ministeri de Consum i l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició.



Entra a :

<https://nutrilab.es/>

Usuari:

FamiliasNutrilab

Codi d'accés:

Escuela_de_familias2526

NO T'HO PERDIS!



ELS NOSTRES PERSONATGES:



GUSTI (INVESTIGA I DESCOBREIX)

Especialista en descobrir cada sabor, ens ensenyarà també que **el menjar és cultura y convivència**.



RENDI (APRÈN I EMOCIONA'T)

L'alimentació saludable i la vida activa són clau per a l'una bona salut. Vita ens ensenyarà la importància de cuidar el nostre cos.



VITA (EXPLORA I MOU-TE)

Una bona alimentació és fonamental per a un bon rendiment cognitiu. Rendi ens ensenyarà a cuidar el nostre cervell a través de l'alimentació i ens farà descobrir **les emocions que generem a través dels aliments i receptes**.

COM HO TREBALLAREM?

Estructura mensual:

INFANTIL

- Conte
- Manualitat
- Joc

PRIMÀRIA

- Repte
- Joc
- Mural compartit

→ I la **TAULANUTRILAB** per decorar el menjador



CRONOGRAMA ORIENTATIU

	Setembre	Octubre	Novembre	Desembre	Gener	Febrer	Març	Abril	Maig	Juny
	 EL LABORATORI DELS SABORS				 ALIMENTA ES TEUS SENTITS			 ENTRENA EL TEU SABOR		
	<i>Investiga i descobreix</i>				<i>Investiga i descobreix</i>			<i>Investiga i descobreix</i>		
	<i>Explora i mou-te</i>				<i>Explora i mou-te</i>			<i>Explora i mou-te</i>		
	<i>Aprèn i emociona't</i>				<i>Aprèn i emociona't</i>			<i>Aprèn i emociona't</i>		
	 									
	Dinar de benvinguda (primer dia)	La Castanyada 	 Dia de la dieta mediterrània	Nadal				Sant Jordi 	 Dia de l'horticultor	Dinar de final de curs 
					 Jornada dels llegums		La Mona 			



Plat Nutrilab del projecte educatiu

- **Novembre-desembre:**  Concurs anual de Nadal
- **Desembre:**  Dia de la discapacitat
- **Febrer-març:** Acció: ☐ Us convidem a jugar!
- **Maig-juny:** Les olimpíades

alessa

EDUCAMÉS

OBJECTIU GENERAL

Prevenió de qualsevol tipus de violència cap als nens, nenes i adolescents, incloent-hi el criteri de bon tracte en totes les activitats que realitzem

Reduint els riscos i fomentant relacions lliures de tota mena de violència.

En el cas que es produís aquesta violència, dotar de circuits d'intervenció que facilitin la comunicació i la notificació d'aquesta violència.

AQUEST PLA INCLOU

- ✓ Document firmat amb el contracte inicial
- ✓ Recordatoris de formació durant el curs (cal inscripció prèvia)
- ✓ Llibre de registre d'incidències 

FUNDACIÓN
**VICKI
BERNADET**

+ alessa

EDUCAMÉS

Pla de cura a la infància

