



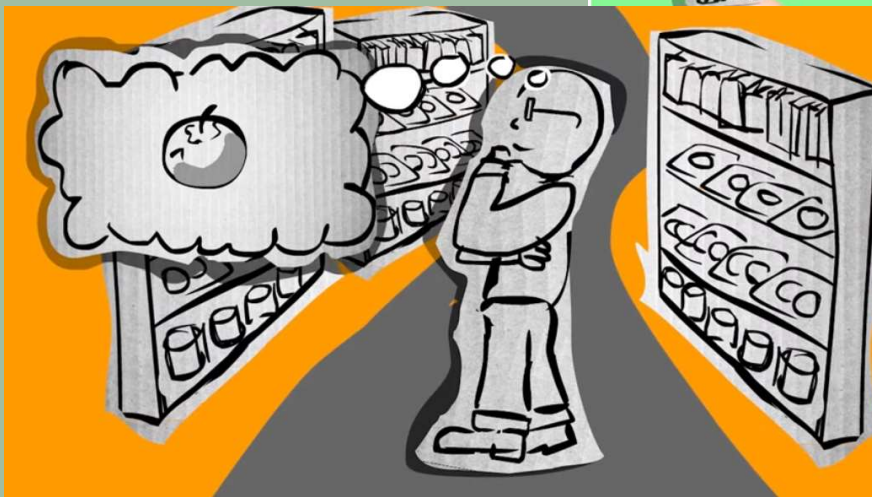
FORMACIÓN DE FORMADORES EN ALIMENTACIÓN SOSTENIBLE Y CAMBIO CLIMÁTICO

RECURSOS PEDAGÓGICOS



RECURSOS PARA PROFESORADO

ALIMENTAR EL CAMBIO



Sensibilización sobre la importancia de una transición hacia un modelo alimentario justo y sostenible

RECURSOS PARA PROFESORADO

ALIMENTAR EL CAMBIO

PARA CRECER FUERTE Y SANO, PON

Soy súper judía y tengo poderes

Somos muy nutritivas y te ayudamos a crecer

Las legumbres son proteína vegetal



Contenidos: Águeda Ferriz y Charo Morán. Garúa, Proyectos y Saberes para el Cambio. Ilustración y diseño: Nacho Sevilla.



Con el apoyo de CalasSo Daniel & Nina

S ALIMENTOS DE CERCAÑÍA, CONTAMINA



Contenidos: Águeda Ferriz y Charo Morán. Garúa, Proyectos y Saberes para el Cambio. Ilustración y diseño: Nacho Sevilla.



Con el apoyo de CalasSo Daniel & Nina

Estamos en recetas caseras ricas, ricas

Para saber más: alimentarelcambio.es



¡EN CADA ESTACIÓN, SU ALIMENTACIÓN!

Hay frutas y verduras que necesitan sol y calor para crecer y madurar, por eso las comemos en verano

Otras frutas y verduras prefieren el frío, y hasta el invierno no las podemos cosechar y comer



Contenidos: Águeda Ferriz y Charo Morán. Garúa, Proyectos y Saberes para el Cambio. Ilustración y diseño: Nacho Sevilla.

Con el apoyo de CalasSo Daniel & Nina

y recién recogido

Para saber más: alimentarelcambio.es



Para saber más: alimentarelcambio.es



RECURSOS PARA PROFESORADO

ALIMENTAR EL CAMBIO

ALIMENTAR EL CAMBIO

ALIMENTOS MÁS SALUDABLES

LOS ALIMENTOS ECOLÓGICOS SON MÁS SALUDABLES

Son más **NUTRIVOS** y **SABROSOS**. Tienen más vitaminas y minerales, y más antioxidantes.

La agroecología **RESPECTA EL ENTORNO** (no agota la tierra, lucha contra el cambio climático, aumenta la biodiversidad, etc.). Así es más saludable para la tierra, y por lo tanto para nosotros/as.

Las condiciones de la ganadería ecológica **MINIMIZAN LOS ESCÁNDALOS** alimentarios, que son habituales en la convencional.

Comes contaminadas.

Vacas locas.

En las grandes industrias, los animales suelen recibir antibióticos.

Esto produce que algunas bacterias se vuelvan resistentes a estos medicamentos, que son los medicamentos necesarios para combatir cualquier enfermedad.



Los alimentos ecológicos frescos son un **BUENO SUSTITUTO** a la comida basura con muchos grasas, azúcares y aditivos.

Los alimentos ecológicos **NO CONTIENEN TÓXICOS** como los pesticidas.



UNA DIETA EQUILIBRADA, POCO CARNÍVORA, ES MÁS SANA

Una dieta equilibrada es una dieta con un **BAJO CONSUMO** DE CARNE (incluyendo pescados) Y AZÚCAR.

Una dieta con **menor consumo** de productos de origen animal, contribuye a **LUCHAR CONTRA** EL CLIMA.

ALIMENTAR EL CAMBIO

¿QUÉ PODEMOS HACER EN UN COLEGIO?

ALGUNAS IDEAS PARA TRAER UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE A LAS ESCUELAS

Comedores sostenibles

- Introducir alimentos ecológicos de cercanía y de temporada.
- Reducir el consumo de carne y de alimentos procesados. Comer más vegetal.
- Recetas creativas para facilitar el consumo de verduras y hortalizas de temporada.

Introducir la alimentación en el currículo:

Usar los productos cultivados en el huerto escolar como recurso educativo. Por ejemplo, organizando citas en las que se comparen con los industriales. Trabajar la alimentación sostenible en las aulas. Hay varias guías didácticas que ayudan a realizarlo. Un ejemplo es "Alimentando otros modelos".

Fiestas escolares y cumpleaños:

Dar visibilidad a los productos saludables y sostenibles. ¿Qué tal preparar bocanitos de frutas, en lugar de las chuches o dulces? Sustituir los platos y vasos de usar y tirar por una vajilla reutilizable. **RELOCAMOS** la fiesta que generamos: otorgamos dinero y podemos introducir ciertos proyectos de la comunidad.

Organizar talleres prácticos de cocina saludable para el alumnado y/o las familias.



Hacer del colegio un centro de recogida de productos ecológicos:

Organizar un grupo de consumo en el colegio en el que familias y/o alumnos se pongan en contacto directo con productores ecológicos locales para conseguir alimentos a buenos precios.

Almuerzos saludables:

En lugar de botella y zumo, incentivar el consumo de fruta fresca, salsas caseras y bocadillos. Puede introducirse un día o los viernes, e incrementarse o lo largo del curso.

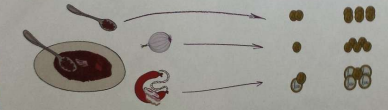
Llevar el aula a lugares relacionados con nuestra alimentación:

Organizar visitas a mercados de barrio o de productores/as. Visitar huertos o granjas y conocer a quienes nos alimentan. Instalar o construir una compostera para **RECYCLAR** los restos de alimentos y plantas que se generan en la escuela y en los hogares.

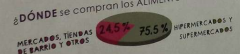
ALIMENTAR EL CAMBIO

DEL CAMPO AL PLATO

¿QUIÉN recibe el dinero que pagas al comprar ALIMENTOS?



¿DÓNDE se compran los ALIMENTOS en España?

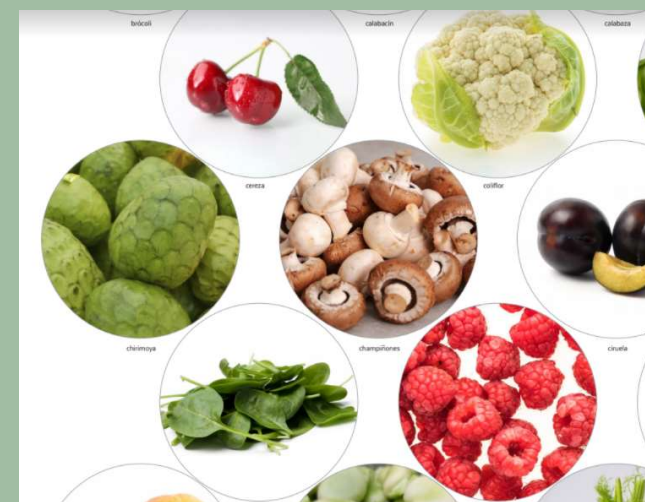
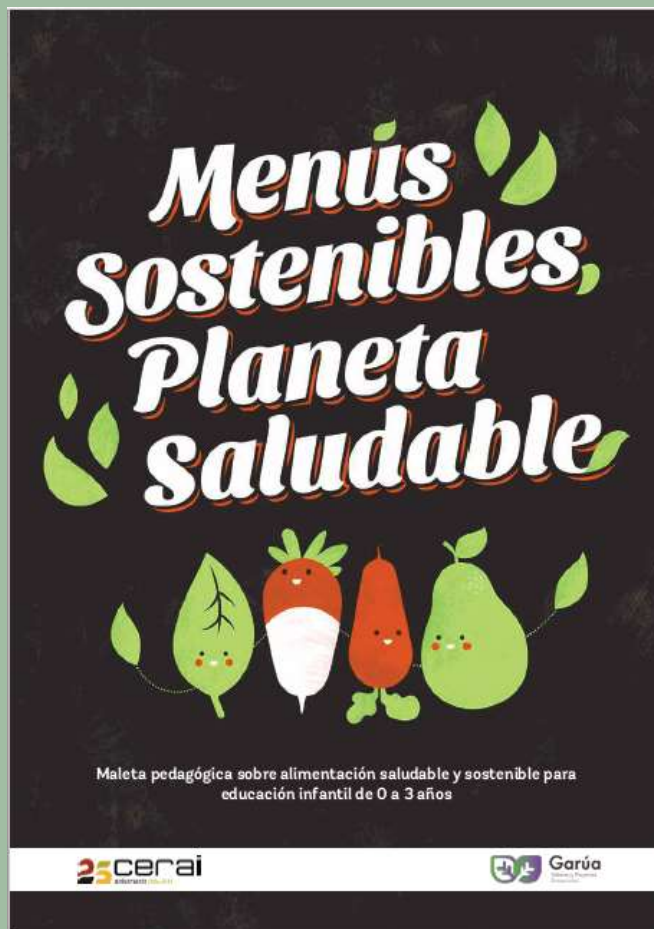


¿CÓMO consumir alimentos locales y ecológicos?

Hay varias posibilidades para comprar los alimentos directamente a los productores: los mercados de barrio, las tiendas de barrio, los grupos de consumo, los mercados campesinos, los huertos urbanos, los comedores escolares, la venta en finca, los mercados de productores, los mercados de productores locales, los mercados de productores locales, los mercados de productores locales, los mercados de productores locales.



RECURSOS PARA PROFESORADO



RECURSOS CON LOS QUE CONTAMOS

Con la comida
no se juega

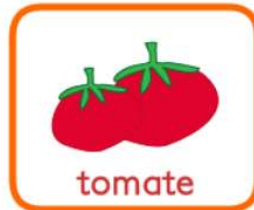
Unidad 4

Frutas y verduras de temporada

Guía 2 🍌 Frutas y verduras de temporada

JUEGA Y APRENDE ¿Cuáles son las frutas y verduras de cada temporada?

Selecciona las 4 frutas/verduras del verano.



Comprueba tus respuestas

Con la comida
no se juega

Unidad 4

Frutas y verduras de temporada

Guía 2 🍌 Frutas y verduras de temporada

JUEGA Y APRENDE ¿Cuáles son las frutas y verduras de cada temporada?

Selecciona las 4 frutas/verduras del verano.



Saber más...

RECURSOS PARA PROFESORADO



ESCUELA DE ALIMENTACIÓN

 <p>Jugamos todos</p>	 <p>¿Ha encogido el jersey?</p>	 <p>Alfredo y las verduras</p>	 <p>El viaje de brócoli</p>
<p>Un cuento infantil sobre hábitos saludables de la Fundación Mapfre</p>	<p>Un divertido cuento para aprender la importancia de una buena alimentación.</p>	<p>Érase una vez un niño llamado Alfredo al que no le gustaban para nada las verduras...</p>	<p>Comer verduras puede ser muy divertido.</p>
 <p>El Recetario de pescado</p>	 <p>¿Qué vas a llevar?</p>	 <p>¡Qué ricas aventuras!</p>	 <p>Decálogo del buen provecho</p>
<p>Recetas de pescado que gustan a tus hijos</p>	<p>¿Qué vas a llevar?</p>	<p>¡Qué ricas aventuras! Las historias más...</p>	<p>Decálogo del buen provecho</p>
<p>El pescado desde otro punto de vista: el de los niños y niñas.</p>	<p>Un cuento en torno a la alimentación, el sobrepeso y la importancia de una vida saludable.</p>	<p>Cuentos interactivos para concienciar sobre el derecho a la alimentación.</p>	<p>Un decálogo infantil para concienciar sobre el desperdicio de alimentos.</p>

RECURSOS PARA PROFESORADO



Diferencia entre producto fresco, procesado y ultra-procesado

Ejemplo clasificación productos frescos, transformados y procesados

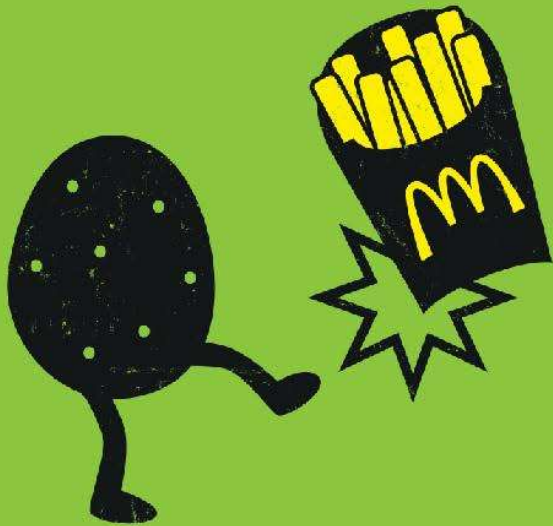
Alimentos	Fresco	Transformado o casero	Procesado
Pizza precocinada			X
Manzana	X		
Tortilla de patatas hecha en casa		X	
Yogur natural		X	
Lata de atún		X	
Hamburguesa			X
Lechuga	X		
Puré de verduras hecho en casa		X	
Salchichas frankfurt			X
Pollo guisado		X	

RECURSOS PARA PROFESORADO

¿QUIÉN NOS ALIMENTA?

NUESTRA SALUD Y LA DEL PLANETA
EN MANOS DE LAS MULTINACIONALES

Unidad didáctica para trabajar la Soberanía Alimentaria en Primaria



1.2

Entrevista: ¿Cómo comíamos antes y cómo comemos ahora?

Nombre y apellidos

Sexo

Edad

Parentesco

1. ¿Cuál era tu dieta cuando eras pequeño/a? y ¿cuál es la actual?

(Que alimentos la conformaban o eran los que consumías habitualmente)

2. ¿Qué cambios ves?

RECURSOS PARA PROFESORADO

alimentación
Red de escuelas por un mundo rural vivo



Guía Didáctica para el profesorado de primaria



Actividad 4.1 - De aquí y de allá

DURACIÓN	ESPACIO	AGRUPAMIENTO	PREPARACIÓN DOCENTE	PREPARACIÓN ALUMNADO
1 Sesión	Aula	Por grupos		

Esta actividad tiene como objetivo motivar la toma de conciencia en torno al origen de los alimentos que consumimos habitualmente. Pretende asimismo sensibilizar sobre el diferente impacto ecológico del consumo de alimentos, dependiendo de su origen vegetal o animal.

Parte 1

Se ofrece al alumnado la siguiente lista (que puede ampliarse, si se desea, con otros alimentos):

Jamón	Sí No	Pan	Sí No
Leche	Sí No	Calamares	Sí No
Yogur	Sí No	Piña	Sí No
Kiwis	Sí No	Mango	Sí No
Naranjas	Sí No	Azúcar	Sí No
Cacao	Sí No	Hamburguesa	Sí No
Café	Sí No	Huevos	Sí No
Lechuga	Sí No		

Partiendo de esta lista, deben responder estas preguntas:

- Marca *sí/no* en función de si el alimento se puede producir en nuestra comunidad autónoma.
- Entre los que no se producen en nuestra comunidad autónoma, señala los que consideras imprescindibles para tu dieta.
- Entre estos imprescindibles ¿alguno se puede sustituir? ¿cuáles no son sustituibles y por qué?

Parte 2

Deben leer el siguiente texto con atención:

Una dieta basada sobre todo en productos de origen animal necesita mucha más tierra, energía y agua que una basada en productos vegetales, como verduras y cereales. Para producir una caloría de carne se consume nueve veces más energía y el 33% más de combustibles fósiles que para conseguir una de origen vegetal.

Y a continuación, responder estas preguntas:

- Resume en una frase la idea del párrafo anterior.
- ¿Por qué crees que ocurre lo que se afirma en el párrafo?
- ¿Qué son los combustibles fósiles?

Actividad 4.3 - Visitamos un mercado local y un supermercado

DURACIÓN	ESPACIO	AGRUPAMIENTO	PREPARACIÓN DOCENTE	PREPARACIÓN ALUMNADO
2 mañanas	Exterior	Toda la clase	Contacto previo con los centros comerciales Para preparar la visita y la charla con el alumnado.	Listado de preguntas

a) Introducción en clase

El objetivo es que el alumnado, tanto de entorno rural como de urbano, conozca directamente las características del mercado local tradicional y de una gran superficie, y comience a desenvolverse en ellos. Queremos estimular su capacidad de observación y de interrogarse acerca de lo observado.

Antes de realizar las visitas, se les sugerirá que preparen una lista de preguntas que ayuden a fijar la atención en determinados aspectos. Interesa que reflexionen sobre el origen y la temporalidad de los alimentos, su forma de presentación, conservación... También deben averiguar cómo se manipulan, transportan y comercializan los productos; cómo varía el precio desde el origen hasta el punto de venta; cuáles son las estrategias de presentación al público para estimular el consumo, etc.

Durante la visita deben tomar notas de lo que observan. También se les animará a plantear, de forma adecuada, las preguntas que deseen a las personas responsables de los puntos de venta, a los cuales deben escuchar con atención, anotando lo que crean conveniente.

Como pauta para dirigir la observación, puede decirse a los alumnos y las alumnas que, en ambas visitas, presten atención a los siguientes aspectos:

Características del lugar visitado; Tipo de oferta; Cantidades; Precios; Higiene; Presentación; Tipo de clientela; Trato personal

b) Visita al mercado local

Finalizada la visita, hacer las siguientes preguntas:

- ¿Qué tipo de productos venden en este mercado local?
- ¿Estos productos vienen directamente del campo?
- ¿Hay intermediarios entre los productos y las personas vendedoras?
- ¿Crees que estos productos son más sanos?

c) Visita al supermercado

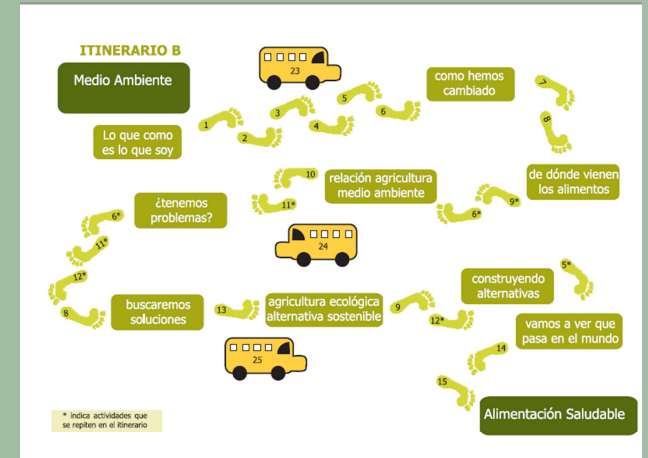
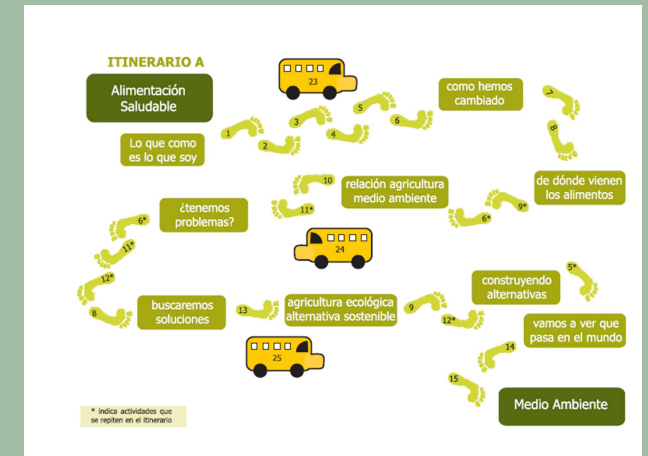
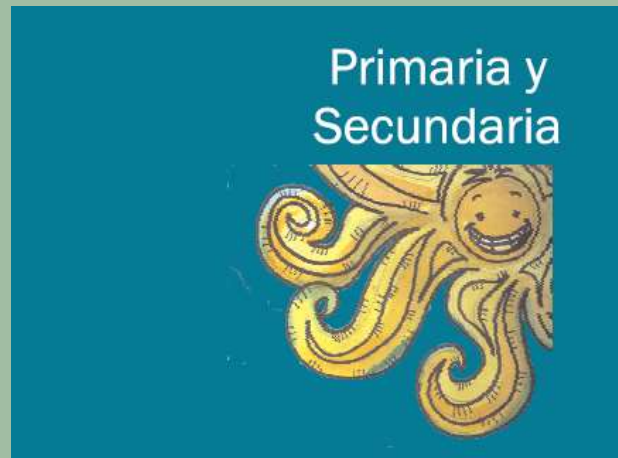
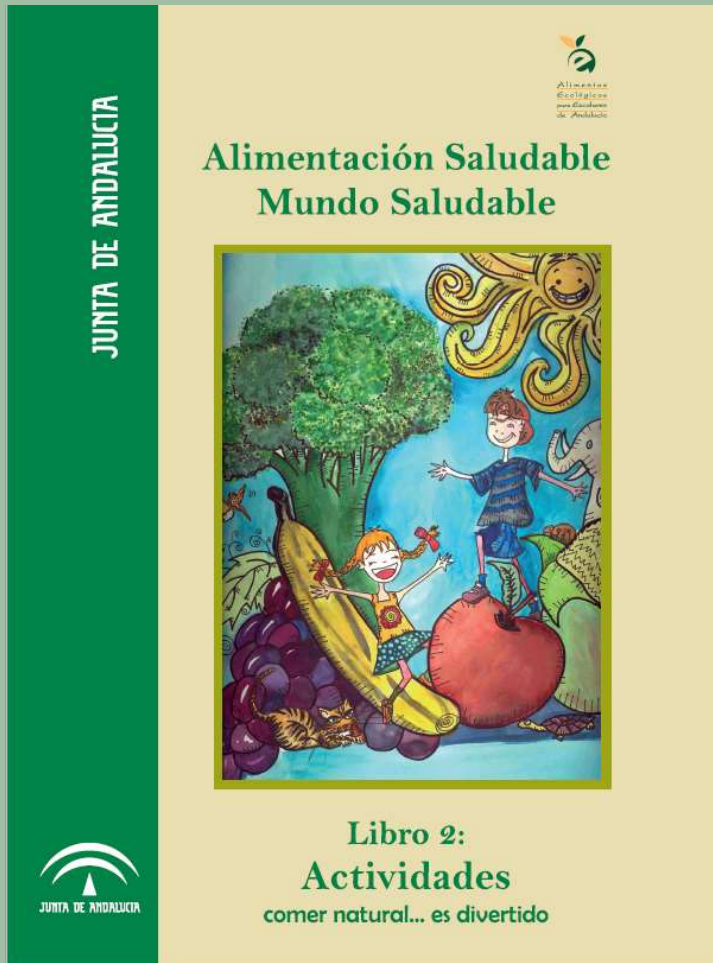
Finalizada la visita, hacer las siguientes preguntas:

- ¿Qué tipo de productos venden en este supermercado?
- ¿Estos productos vienen directamente del campo?
- ¿Hay intermediarios entre los productos y las personas vendedoras?
- ¿Crees que estos productos son más sanos?

d) Puesta en común en clase

Se trata de que todos puedan explicar algunas de las observaciones realizadas durante la visita. Se contrastarán y se estimulará la reflexión sobre ellas. Luego, se les pide que imaginen qué diferencias pueden existir, respecto a la compra de alimentos, entre un entorno urbano y un entorno rural.

RECURSOS PARA PROFESORADO



RECURSOS PARA PROFESORADO



Ficha de actividad 4

YO CONSUMO CON CONSCIENCIA
SIEMBRO ESPERANZA



UN AÑO EN REFRANES

OBJETIVO:

Tomar conciencia de la existencia de saberes tradicionales y su transmisión.

MATERIAL NECESARIO:

Fotocopiadora, tijeras, celo, papel continuo, cámara fotográfica, folios.



RECURSOS PARA PROFESORADO



ACTIVIDAD 2.1: ¿Qué cenaste ayer?

TIEMPO PREVISTO: 15'

OBJETIVOS:

- Introducir la temática de la alimentación industrial de forma distendida
- Hacer que el alumnado se cuestione cual es el origen de los alimentos que habitualmente consume

DESARROLLO:

El/la dinamizador/a repartirá entre el alumnado tarjetas con imperdibles para engancharse. Rápidamente los/as alumnos deben escribir su nombre en las tarjetas y dibujar algo que cenaron ayer en la tarjeta.

El alumnado se pone en pie, y sin hablar los y las estudiantes deben encontrar a otros/as alumnos/as que tienen dibujado el mismo alimento que ellos/as y agruparse.

Cada grupo debate sobre de donde cree que viene originariamente su alimento (Ej.: la hamburguesa de EEUU).

Cada grupo de alimentos (grupo de la pizza", y de alimento) "y venimos de

El/la monitor/a pone en el aula. Haciendo pregu

Ficha Alimentos

Alimento: _____

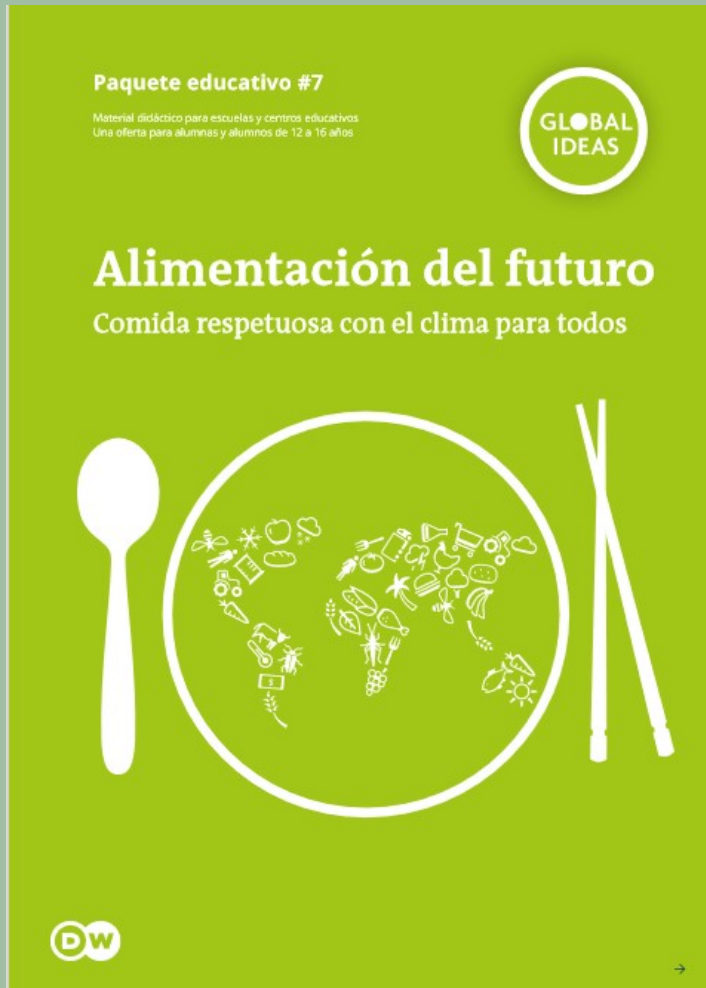
Tipo de envase: _____

(Bote, botella, caja, bolsa... de vidrio, plástico, cartón...)

¿Es reciclable?: _____

Ingredientes: _____

RECURSOS PARA PROFESORADO





Módulo II

Ficha de actividad 4.1



Test: ¿Cómo de respetuoso con el clima es mi plato favorito?

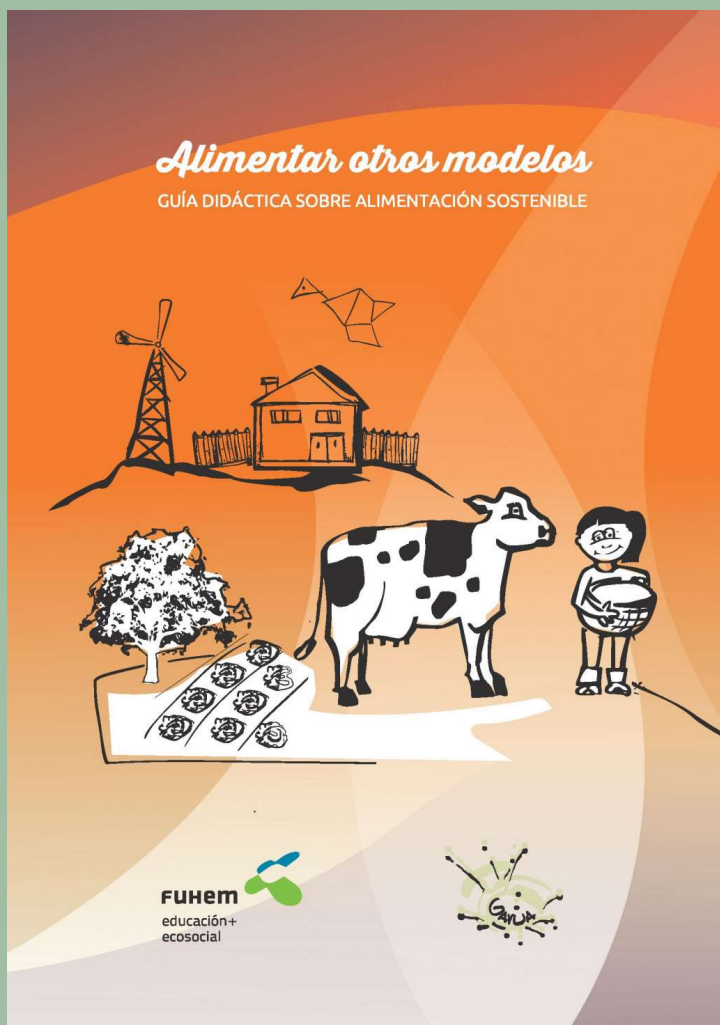
Con el siguiente test puedes averiguar lo respetuoso que es tu plato favorito con el clima. Elige **tres ingredientes principales** de tu plato. Puedes reunir *puntos climáticos*  por cada uno de los tres ingredientes. Si no se puede aplicar una pregunta, déjala fuera. En la **ficha de actividad 4.2** encontrarás una lista de términos que pueden ayudarte. Encontrarás la evaluación de la prueba en la **ficha de actividad 4.3**.

 = 1 punto climático

Plato favorito de (nombre)

Aguacates y agua	En las regiones áridas de Chile se emplean 320 litros de agua para producir un aguacate.	2
Ganado y cereales	Cuanta más carne se consume, es necesario cultivar más forraje para el ganado, por ejemplo, de cereales o soja. Para un kilo de carne de vacuno se necesitan 9 kilos de granos y hasta 49 m ² de tierra cultivable.	1

RECURSOS PARA PROFESORADO



2. Actividades para el aula

Itinerario formativo - Página 16

Educación infantil - Página 21

Primer ciclo de educación primaria - Página 37

Segundo ciclo de educación primaria - Página 47

Tercer ciclo de educación primaria - Página 57

Primer ciclo de ESO - Página 69

3. Actividades para el tiempo de comedor y/o para practicar al aire libre - Página 84

1º PRIMARIA

SESIÓN 2

FRUTAS VIAJERAS

Al final de la sesión, el alumnado:

1. Conocerá el impacto ambiental de los alimentos que sufren grandes desplazamientos.
2. Conocerá la merma en la calidad de los alimentos kilométricos.

¿Qué necesitamos?



- Unas 60 tarjetas negras (cuadradas, redondas, con forma de nube o como se desee) que simbolizan la contaminación de los camiones y el barco.
- Surtidor y/o manguera para echar gasolina.
- Materiales anexos.

RECURSOS PARA PROFESORADO



GUÍA PRÁCTICA



para reducir
el desperdicio alimentario



en
centros educativos

"Buen Aprovecho"



UNIDAD DIDÁCTICA 4 El impacto ambiental del desperdicio de alimentos

OBJETIVOS

- 1 Conocer el **impacto ambiental** que supone la producción de alimentos y su desperdicio.

CONTENIDOS

- 1 Impacto de la producción y desperdicio de alimentos sobre el clima, el agua, la tierra y la biodiversidad.

HUELLA HIDRICA:
Consumo total de agua necesario para la producción de los alimentos desperdiciados.
250.000 millones de m³ de agua al año

HUELLA DE CARBONO:
Cantidad de GEI* emitida a lo largo de todo el ciclo de la vida de un alimento.
3.300 millones de toneladas de CO₂ al año

COSTE ECONÓMICO:
Coste directo económico de todos los alimentos desperdiciados anualmente. Expresado según el precio del productor.
577.000 millones de euros al año

USO DEL SUELO:
Superficie de suelo agrícola usada para la producción de un alimento.
1.400 millones de hectáreas de cultivo

*GEI: Gases de efecto invernadero



RESPONSABLE DE COCINA

Datos de contacto:

Nombre: _____
Teléfono: _____
Correo electrónico: _____

40. ¿En qué momento se generan más desperdicios de alimentos?
 - Preparación cocina
 - Despensa o nevera, por mala conservación o planificación
 - Transporte (servicios de catering)
 - Menús preparados que no se consumen
 - Restos de comida en los platos
41. ¿Considera que las raciones de los menús se ajustan a las necesidades de los alumnos?
 - Sí, son adecuadas a su edad
 - No, son pequeñas para su edad
 - No, son excesivas para su edad
 - NS/NC
42. ¿Cuál cree que es la principal razón para que el menú del comedor no sea consumido?
 - Falta de apetito
 - Tiempo insuficiente para consumirlo
 - Alimentos poco apetitosos
 - Preferencia por socializar
 - Entorno poco propicio
 - Otra: _____
43. ¿Varía la cantidad de desperdicio en función de la composición del menú diario?
 - Sí
 - No
 - NS/NC

RECURSOS PARA PROFESORADO



RECURSOS PARA PROFESORADO

¿POR QUÉ CONSUMIR LEGUMBRES DE CALIDAD DIFERENCIADA?

En cada una de las figuras de calidad antes mencionadas, se garantiza, además de la calidad, la procedencia. Por eso, si consumimos Legumbres de Calidad Diferenciada estamos protegiendo nuestro medio ambiente y ayudando a consolidar el tejido socio-económico de las zonas rurales.

Nosotros apostamos por un mayor consumo de legumbres (al menos dos veces a la semana) de calidad diferenciada en la restauración colectiva de acuerdo a la reglamentación europea de contratación pública, por sus beneficios asociados a nivel medioambiental, social, nutricional y gastronómico. Por ello, proponemos:

- La realización de más estudios composicionales y organolépticos (color, sabor, dureza) de las legumbres de calidad, los cuales hasta la fecha son muy limitados y pueden ser de interés para el consumidor.
- La revisión de las recomendaciones nacionales actuales de consumo de estos alimentos en los menús de colectividades.

COMER LEGUMBRES DE CALIDAD DEL PAÍS ES GARANTÍA DE SALUD PARA TÍ, PARA NUESTRO ENTORNO Y PARA EL PLANETA.



legumeal



CONOCIENDO LAS LEGUMBRES DE CALIDAD DEL PAÍS SON SANAS Y SOSTENIBLES

legumeal



CONOCIENDO LAS LEGUMBRES DE CALIDAD DEL PAÍS



Las legumbres son uno de los legados más importantes de nuestra dieta mediterránea. Aunque, en los últimos años, su consumo ha ido disminuyendo, principalmente por la percepción por parte del consumidor en cuanto al tiempo de elaboración que se requiere para su consumo (remojo, cocción, etc.). Además, se relacionan con platos culinariamente pobres y poco atractivos, e, incluso, son subestimadas en nuestra dieta tratándose como alimentos con alta densidad energética. Sin embargo, son alimentos muy interesantes desde el punto de vista de la salud, dadas sus características nutricionales, y ambientales, lo que las hacen ser dignas de reconocimiento.

Este documento quiere mostrar los beneficios que supone para la salud y para el medio ambiente, el consumo y la producción de legumbres de calidad del país.

¿QUÉ SON LAS LEGUMBRES?

La palabra legumbre procede de leguminosa (Leguminosae o Fabaceae), una familia de árboles, arbustos y plantas herbáceas perennes o anuales, fácilmente reconocibles por su fruto en vaina y sus hojas compuestas y estipuladas.

Cuando hablamos de legumbres nos referimos a las semillas secas obtenidas de las vainas que crecen en la planta de las leguminosas: altramuces, guisantes, habas, alubias, garbanzos, lentejas, y otras de menor producción o destinadas a la alimentación animal.

¿POR QUÉ SON IMPORTANTES EN NUESTRA ALIMENTACIÓN?

- Contienen una elevada cantidad de **proteína** (20-25%), siendo esta de origen vegetal y, por lo tanto, una alternativa a la procedente de carnes, pescados y huevos. Sin embargo, las proteínas de las leguminosas no son completas, ya que tienen un bajo nivel de aminoácidos azufrados (como la metionina y cisteína) que se adquieren y complementan cuando las legumbres se combinan con cereales como el arroz, el maíz, el trigo, etc.
- Suponen un aporte moderado de **hidratos de carbono** de absorción lenta, lo que conlleva un índice glucémico bajo. Además, son una fuente de **fibra** (entre un 5-15% de su peso), la cual contribuye a mantener los niveles de colesterol y glucosa en sangre y favorece el buen funcionamiento del sistema digestivo. Además, muestran propiedades antiinflamatorias y antioxidantes.

- El contenido en **grasa** de las legumbres es muy bajo (1-2%), y de tipo insaturado, convirtiéndolas en cardiosaludables.
- Son una importante fuente de **vitaminas** del grupo B, como la niacina (B3) y folatos, y de **minerales** como el hierro, el fósforo, magnesio, zinc y calcio, necesarios para un buen funcionamiento metabólico.
- Están **exentas de gluten**, por lo que las hace indispensables en personas con celiacía.

¿POR QUÉ SON IMPORTANTES A NIVEL AMBIENTAL?

- Juegan un papel importante en la **fijación del nitrógeno** en los suelos, ayudando a equilibrar el ciclo del nitrógeno, que se ha visto alterado, debido al aumento del uso de fertilizantes nitrogenados que han supuesto las nuevas prácticas agrícolas intensivas. De este modo, **reducen las emisiones de gases nocivos y de efecto invernadero**, como son el NH₃, el N₂O y los NO_x, y la contaminación de las aguas por lavado de los nitratos aportados en exceso en la fertilización.
- Evitan la **erosión del suelo** y mejoran sus características físico-químicas, manteniendo así su fertilidad y promoviendo la **microbiodiversidad**.
- Cuentan con una **huella reducida de desperdicio alimentario**, **huella de carbono e hídrica** ya que no requieren de grandes aplicaciones de agua y energía en su producción, transporte y almacenamiento, son fácilmente almacenables y tienen una alta eficacia en el aprovechamiento del agua.
- El conjunto de las propiedades descritas hace de las legumbres un aliado imprescindible para **mitigar el cambio climático**, a nivel local y global.

En España existen 10 grupos productores de legumbres amparados con el sello europeo de calidad, además de legumbres certificadas de montaña y de producción ecológica:



- IGP Faba Asturiana (Asturias)
- IGP Faba de Lourenza (Lugo)
- IGP Garbanzo de Fuentesalco (Zamora)
- IGP Lenteja de La Armuña (Salamanca)
- IGP Garbanzo de Escacena (Huelva, Sevilla)
- IGP Alubia de La Bañeza - León (León)
- DOP Fecola de Santa Pau (Girona)
- DOP Mongeta del Cançó 'Valles-Maresma' (Barcelona)
- IGP Lenteja de Tierra de Campos (León, Palencia, Valladolid y Zamora)
- IGP Judías de El Barco de Avilá (Avilá)

Legumbres de montaña (en orden decreciente de producción): Albacete > Sierra > Málaga > Burgos > Segovia > Guadalajara > Teruel

Legumbres ecológicas: Andalucía (Málaga y Córdoba) y Castilla la Mancha (Toledo y Ciudad Real)

RECURSOS PARA PROFESORADO



Actividades gastronómicas en el entorno escolar

Ideas prácticas para el profesorado

Receta 4

TARLETAS MULTICOLOR DE LEGUMBRES Y VERDURAS



Con nuestros sentidos

Vamos a catar los alimentos:

Aspecto



Los colores dominantes son:

	Muchas	Bastantes	Pocas	Ninguna
La presentación de este plato da ganas de comerlo:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Porque...

Aroma



Este plato tiene un aroma:

Su aroma me recuerda a...

	Agradable	Neutro	Desagradable
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

RECURSOS PARA PROFESORADO

¿QUIÉN NOS ALIMENTA?

PROYECTO INTERDISCIPLINAR

'MASTER CHOFF SALUDABLE'

Educación Primaria



- Características de los ingredientes: cercanos (contiene alguna variedad local), saludables, representan conocimientos tradicionales
- La receta y sus componentes (ingredientes y elaboración) no perjudican el medio ambiente ni la naturaleza
- Respeta y potencia la agrobiodiversidad
- Es original por la creatividad y el valor nutritivo: contiene algún elemento integral, original.
- Pone en valor la cocina de la abuela: además de los conocimientos tradicionales que éstas acumulan, gusta a todo el mundo, posibilidad de variaciones, económica, aprovecha restos, etc.

Crema de acelgas con croquetas de mijo



Ingredientes ecológicos para 4-6 personas:

- 8 hojas de acelga
- 3 patatas
- 3 zanahorias
- 1/2 vaso de mijo
- 1 cebolleta
- 1/2 diente de ajo
- agua
- aceite de oliva
- sal
- 1 cucharadita de curry
- perejil (para decorar)



RECURSOS PARA PROFESORADO



DESARROLLO SOSTENIBLE. EDUCACIÓN AMBIENTAL Y CONSUMO RESPONSABLE

Conocer el impacto y efectos de nuestro consumo sobre el medio ambiente y sobre otras personas para esa actitud crítica y coherente es uno de los objetivos de estas cartas. Queremos que el alumnado se conciencie y piense por sí mismo sobre los efectos de nuestro consumo en el medio ambiente y biodiversidad, en unas relaciones justas entre personas y en la defensa y preservación de la ciencia y cultura o, lo que es lo mismo, en mantener la humanidad.

Con estas cartas también queremos llamar la atención en la necesidad de fomentar la soberanía alimentaria, los sistemas de producción y consumo a escala local, más sostenibles, así como su relación con su vida diaria. Porque cada una de nosotras como personas y en nuestro día a día podemos luchar contra la pobreza y riqueza, contra la desigualdad y por una sociedad más sana, saludable y justa desde el punto de vista ambiental y social.

RECURSOS PARA PROFESORADO



¿qué cambia cuando cambia el clima?

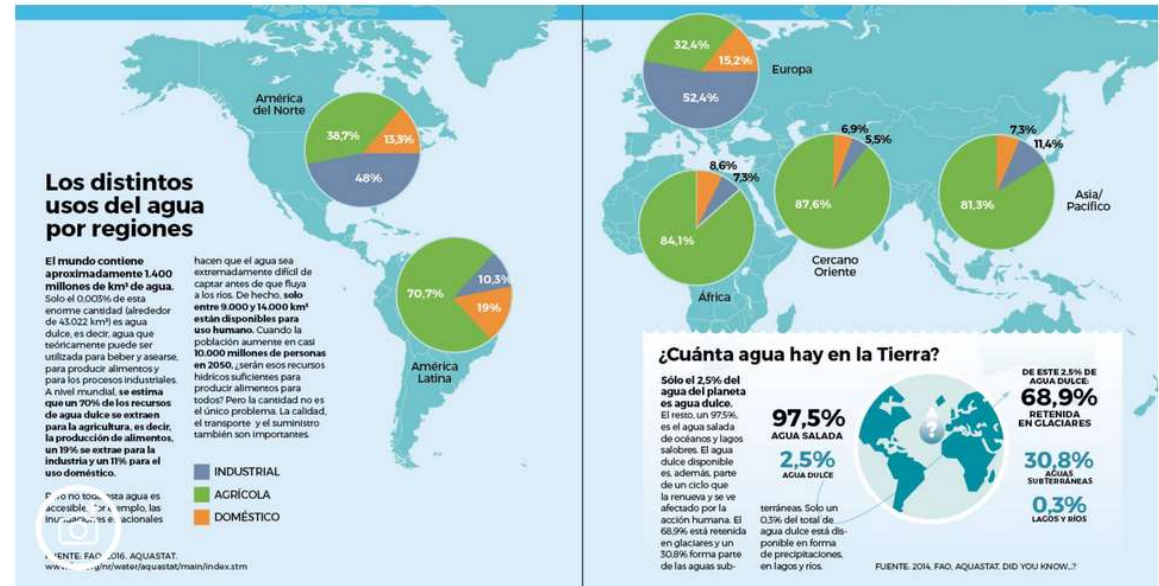
99 preguntas y 99 experiencias para aprender a vivir en un mundo justo y sostenible

MRP ecologistas en acción

Actividad. Menos carne, más planeta

Organizar una campaña informativa para reducir el consumo de carne en el comedor escolar (y en los hogares). Hacer un concurso de recetas de cocina que no contengan carne, pescado, huevos y lácteos, incluyendo en la receta datos ambientales (huella de carbono) de los ingredientes en comparación con, por ejemplo, un plato de carne roja. Desde Primaria.

¿Dónde se usa más agua?



RECURSOS PARA PROFESORADO



¿qué sabemos de lo que comemos?



99 preguntas y 99 experiencias para aprender a vivir en un mundo justo, sostenible



Actividad. Investigar las huellas materiales de distintos alimentos

Investigar y reflejar los datos sobre las huellas para los distintos alimentos en gráficos, murales o presentaciones digitales. Seguidamente se valorarán los alimentos más sostenibles teniendo en cuenta las "externalidades" asociadas a cada uno de ellos. Hacer un debate en clase sobre los motivos de las "huellas materiales" de los distintos alimentos. Último ciclo de Primaria en adelante.

Figure 3: The ecological footprint of food

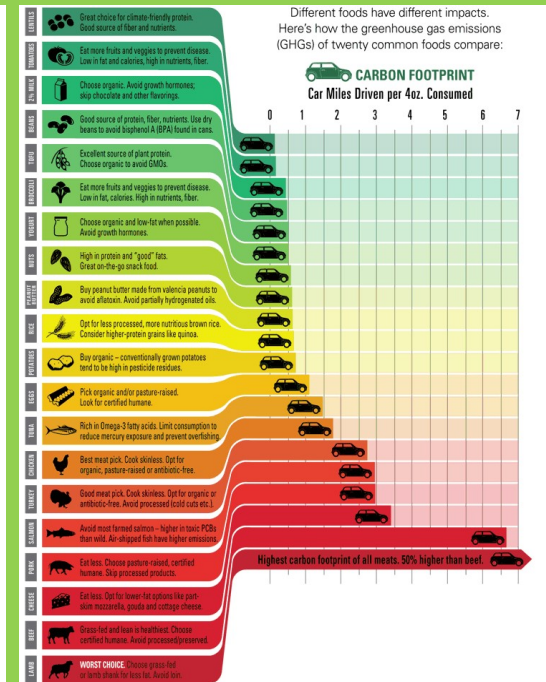


¹Assumes an average egg weighs 60g, and the density of milk is 1kg per litre.

²Based on production in England and Wales

³Based on production in England and Wales, assumes all production is on land of an equal grade

Sources: Water <http://www.waterfootprint.org/?page=files/productgallery>; emissions and land use UK DEFRA (2006), <http://goo.gl/T12ho>; grain National Geographic, <http://goo.gl/4CgFB>; calories USDA National Nutrient Database, <http://goo.gl/7egTT>



RECURSOS PARA PROFESORADO

GUÍA PRÁCTICA

para reducir el desperdicio alimentario

en centros educativos

"Buen Aprovecho"

Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación

GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE AGRICULTURA, PESCA Y ALIMENTACIÓN

Calcula la huella hídrica de los alimentos

Ordena los alimentos poniendo en primer lugar aquellos que necesitan más agua para su producción e intenta adivinar los litros que consumen. Algunos tienen pareja y consumen la misma cantidad de agua. ¡Te dejamos algunas pistas!

zumos de manzana	naranja	panecillo dulce
ración de pasta	aguacate	zumos de naranja
ración de lentejas	huevo	ración de lechuga
vaso de leche	tomate	ración de arroz
ración de nueces	rodaja de pan	manzana
bistec		
ración de uvas	patata	bolsa de patatas fritas



RECURSOS PARA PROFESORADO

alimentación
Red de escuelas por un mundo rural vivo



EDUCACIÓN CRÍTICA Y TRANSFORMADORA

Marco teórico-pedagógico para integrar
la soberanía alimentaria con enfoque de
género en los centros de Secundaria

Gema Celorio Díaz

alimentación
Red de escuelas por un mundo rural vivo



Crisis ecológica
Ética de los cuidados
Soberanía alimentaria
Sostenibilidad de la vida
Decrecimiento - Buen vivir
Crítica a los actuales medios de
producción y de (hiper)consumo
Rescatar y poner en valor la
diversidad



Comercio transpa-
rente, ingresos dignos,
derechos para controlar
la propia alimentación
y nutrición.

Da prioridad a
las economías
locales y a los
mercados locales y
nacionales

Producción alimentaria,
distribución y consumo sobre
la base de la sostenibilidad
ambiental, social y
económica.

Nuevas relaciones
sociales libres de opresión y
desigualdades entre mujeres y
hombres, pueblos, grupos
étnicos, clases sociales y
generaciones

Derechos
de acceso y gestión de la
tierra, territorios, aguas, semillas,
ganado y biodiversidad, en manos
de quienes producen los
alimentos.

Quienes producen,
distribuyen y comen
alimentos, en el corazón de los
sistemas y políticas alimentarias,
por encima de las exigencias
de los mercados y de las
empresas.

Soberanía Alimentaria

Derecho de los pueblos a alimentos nutritivos y
culturalmente adecuados, accesibles, producidos de
forma sostenible y ecológica, y su derecho a decidir su
propio sistema alimentario y productivo.

RECURSOS PARA PROFESORADO

alimentación

Red de escuelas por un mundo rural vivo



EDUCACIÓN CRÍTICA Y TRANSFORMADORA

Marco teórico-pedagógico para integrar la soberanía alimentaria con enfoque de género en los centros de Primaria
Gema Celorío Díaz

alimentación
Red de escuelas por un mundo rural vivo

QUÉ NO ES TRABAJO COOPERATIVO	QUÉ ES TRABAJO COOPERATIVO
Un conjunto de personas que integran un grupo pero que no trabajan en equipo, en el que cada persona se preocupa solo de la tarea asignada.	Un grupo de personas que comparten un plan de trabajo, que se apoyan mutuamente, que asumen responsabilidades, que dan sentido a su tarea a la vista de los aportes del resto de integrantes del grupo.
Un grupo de chicos y chicas en el que las tareas asignadas no tienen conexión entre sí o no requieren un trabajo colectivo.	Un grupo de personas que saben que el resultado de su trabajo requiere y depende del esfuerzo de cada miembro.
La suma de tantos trabajos individuales como integrantes tiene el grupo.	El desarrollo del trabajo se va ampliando y haciendo más complejos debates sostenidos en los que da como resultado la comprensión del problema.
Un grupo homogéneo de personas en el que sus integrantes tienen similares capacidades y estilos de aprendizaje.	Un grupo heterogéneo que el conjunto se beneficia de las capacidades y experiencias de cada integrante.
Un grupo en el que las personas compiten entre sí.	Un grupo interdependiente en el que las personas se apoyan mutuamente en un sistema de colaboración.

en lo global

Frente a un mundo marcado por la globalización es necesario educar en una cultura ciudadana global, sistemática, solidaria y sostenible.

Frente a todas las formas de imposición cultural que generan injusticia, intolerancia o violencia necesitamos crear una cultura de relación que valore la diversidad.

en lo local

en lo personal

Frente a una condición globalizada de los sujetos que hace perder identidad, es necesario educar a ciudadanas/ciudadanos comprometidos con su realidad local.

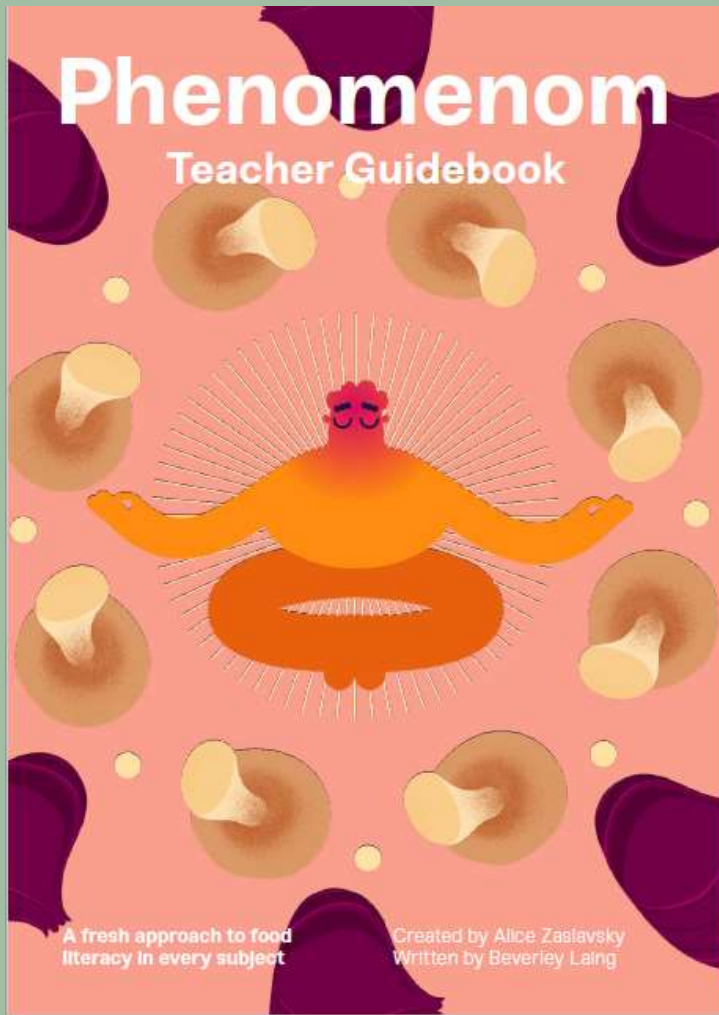
RECURSOS PARA PROFESORADO



Propone incorporar aspectos ecosociales al cv oficial.
Tras ese primer paso, FUHEM transforma esta propuesta en materiales de aula



RECURSOS EN INGLÉS



Step to the Beet

Direction, time, energy, sequencing, balance

1. Big step to the right, tap the ground and return
2. Big step to the left, tap the ground and return (15x)

Factastical! Beetroot is packed with a red pigment called betanin, some bodies can't break the pigment down so it turns their poo and wee red



Berry Balance

Balance

1. Kick off your shoes (if you can!)
2. Balance on your left leg for 30 seconds
3. Repeat on the right leg for 30 seconds

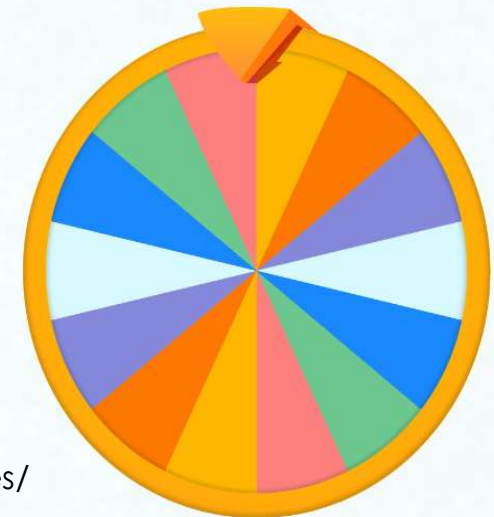
Factastical! Blueberries are not only calming in colour – they contain antioxidants called flavonoids that help boost your mood



Spin the Wheel!

go.phenomenom.com.au

<https://phenomenom.com.au/moves/>



RECURSOS EN INGLÉS



Personal Health Series Breakfast

RECIPE

INGREDIENTS

PREP TIME _____

COOK TIME _____

NAME _____

DIRECTIONS _____

My Morning Routine

____:____ a.m. - Wake up

____:____ a.m. -

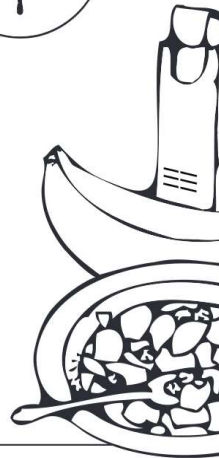
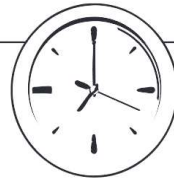
____:____ a.m. -

____:____ a.m. -

____:____ a.m. -

____:____ a.m. -

____:____ a.m. - Leave for school



My top 3 reasons to eat breakfast

1. _____

2. _____

3. _____



RECURSOS EN INGLÉS

Healthy
Eating
Advisory
Service

Improving wellbeing through healthy eating



Healthy eating curriculum resources

Looking for new ways to teach healthy eating in your classroom?

Here's a collection of engaging teaching resources and reliable health websites to develop students' knowledge and skills around food and nutrition, in line with the Australian Health and Physical Education curriculum, Foundation – Year 10.

Topics include classroom resources, programs, CALD resources, healthy lunchbox ideas and reliable health sites.

RECURSOS PARA HUERTOS

Anexo:

Fichas de Veterinarios Sin Fronteras.
Campaña Alimentación
Red de Escuelas por un Mundo Rural
Vivo.

Teoría

El Huerto Ecológico

alimentación
Red de escuelas por un mundo rural vivo



Sin Fronteras.
Campaña Alimentación
Red de Escuelas por un Mundo Rural

Teoría

El Agua

alimentación
Red de escuelas por un mundo rural vivo




Bloque 1: El Huerto Ecológico
 Bloque 2: Diseño
 Bloque 3: El Clima
 Bloque 4: El Agua
 Bloque 7: Sembrar y plantar
 Bloque 8: Las Semillas
 Bloque 9: Flora y Fauna en el huerto
 Bloque 11: Soberanía Alimentaria
 Bibliografía

Diapositiva 31

v3

virginia.caballero@cerai.org; 08/02/2021

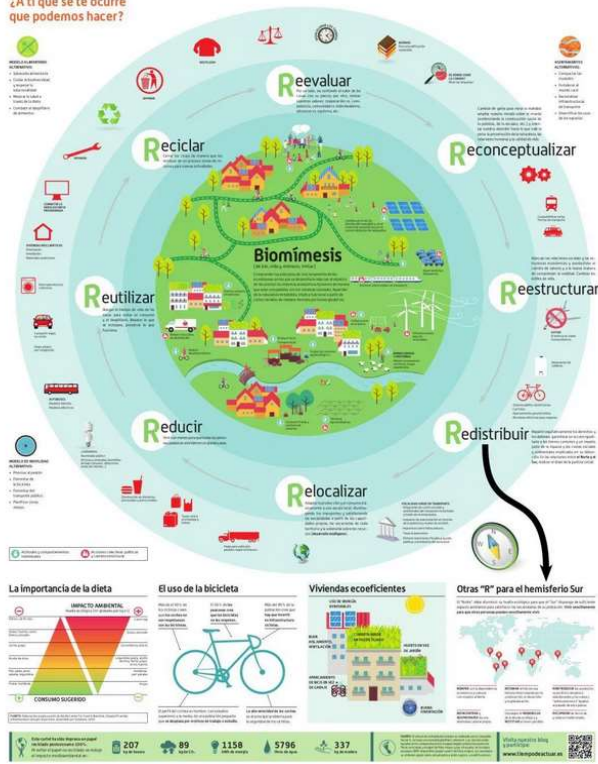
RECURSOS PARA HUERTOS



¿Cómo empezamos a cambiar el mundo?

¿A ti qué se te ocurre que podemos hacer?

«Para vivir mejor, a partir de ahora, se trata de producir y consumir de otra manera, hacer más y mejor con menos, empezando por eliminar las fuentes del desajuste (por ejemplo, los empaques innecesarios, el mal aislamiento térmico, etc.) y aumentar la durabilidad de los productos»
André Gorz, Capitalismo, socialismo, ecología



La salud en el huerto

Publicada en 04/02/2021 de Jose Bellver



NIVEL

Alumnado de 2º ESO. Física y Química.

TEMPORALIZACIÓN

Una sesión.

OBJETIVOS

- Conocer prácticas hortelanas que ayudan a mantener el huerto saludable.
- Aprender las distintas técnicas que ayudan en la prevención de plagas y en el fortalecimiento de las plantas.
- Elaborar recetas para controlar plagas y fortalecer el huerto.

RECURSOS PARA HUERTOS



¡Comemos lo que sabemos!

Una propuesta para integrar huerto, comedor y aula en el centro y con el entorno

Ejemplificación curricular 5° y 6° de primaria



SUPERSOSTENIBLE

Su papel es concienciar-nos sobre la necesidad de **transitar** hacia modelos agroecológicos que, reconociendo que vivimos en un planeta finito, procuran recuperar la biodiversidad, crear sistemas resilientes y favorecer la producción ecológica, el consumo local y la **revitalización de los entornos rurales**.



Huerto -
Producción

Comedor –
Transformación
y consumo

Inglés
Sociales
C. del medio
E. Física



SUPERHEALTHY (SUPERSALUDABLE)

Su papel es **concienciar** a las personas acerca de cómo incorporar en sus hábitos alimentarios **dietas** que sean más **saludables**, no solo por sus propiedades nutricionales sino porque contribuyen también a la **activación de una producción y un consumo local y responsable**.

RECURSOS PARA HUERTOS



Diapositiva 34

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

RECURSOS PARA HUERTOS



Una dieta con menos y mejor carne

Hay estudios que sugieren que los cambios en la dieta de los países ricos tendrían el potencial de reducir hasta un 50% las emisiones de gases de efecto invernadero y la demanda de tierra asociadas a la alimentación⁷⁶. Aunque en ocasiones la metodología empleada para comparar emisiones ha de tomarse con cautela⁷⁷, un informe de Grain⁷⁸ sobre el efecto de la industria cárnica en el cambio climático mostraría que, teniendo en cuenta todo el proceso productivo, desde la producción de fertilizantes a la distribución de los productos finales, la suma de las cinco empresas más importantes de carne y lácteos son responsables de más emisiones que compañías como ExxonMobil, Shell o BP.

Diapositiva 35

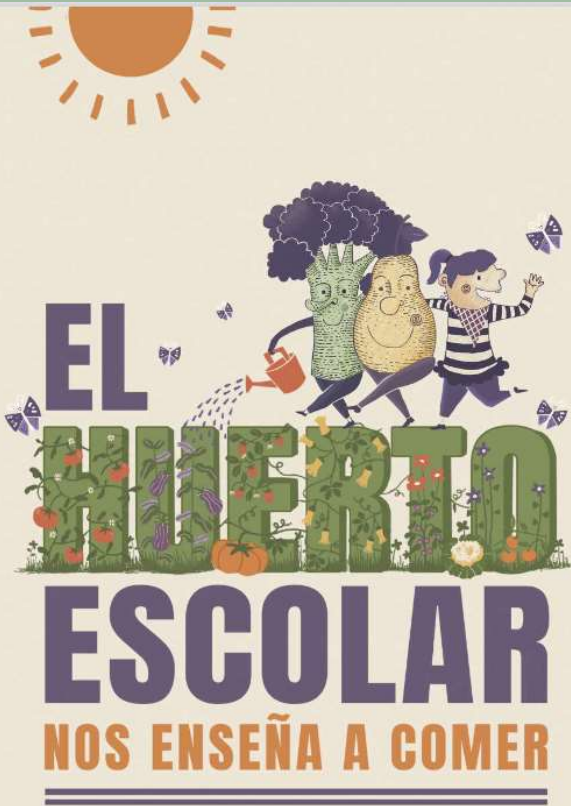
v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

RECURSOS PARA HUERTOS



RECURSOS PARA HUERTOS



1 **Actividad en huerto:**
Realiza un Huerto Cromático

Realiza un diseño de cultivos según sus colores y crea carteles didácticos y divertidos para el resto de compañeros/as que visiten el huerto.

Puedes potenciar tu creatividad y hacer los carteles en valenciano, castellano e inglés. Dibujar las hortalizas... **todo un espacio para crear... ¡Ánimo!!**

MAÍZ	PATATA	TomATE
FRESA	Pimiento ROJO	Guisante
HABA	Berenjena	JUDÍA
AJO PUERRO	Lechuga	espinaca
ZANAHORIA	CALABAZA	RABANITO
CEBOLLA	remolacha	BRÓCOLI
ALCACHOFA	COL MORADA	COLIFLOR

4 **Tabla 2_**
pH y disponibilidad de los nutrientes en el suelo

Según el PH del suelo podremos encontrar más cantidad de un tipo de nutriente o de otro. Así los suelos alcalinos son ricos en calcio pero tienen poco hierro. Lo podemos observar en la siguiente tabla:

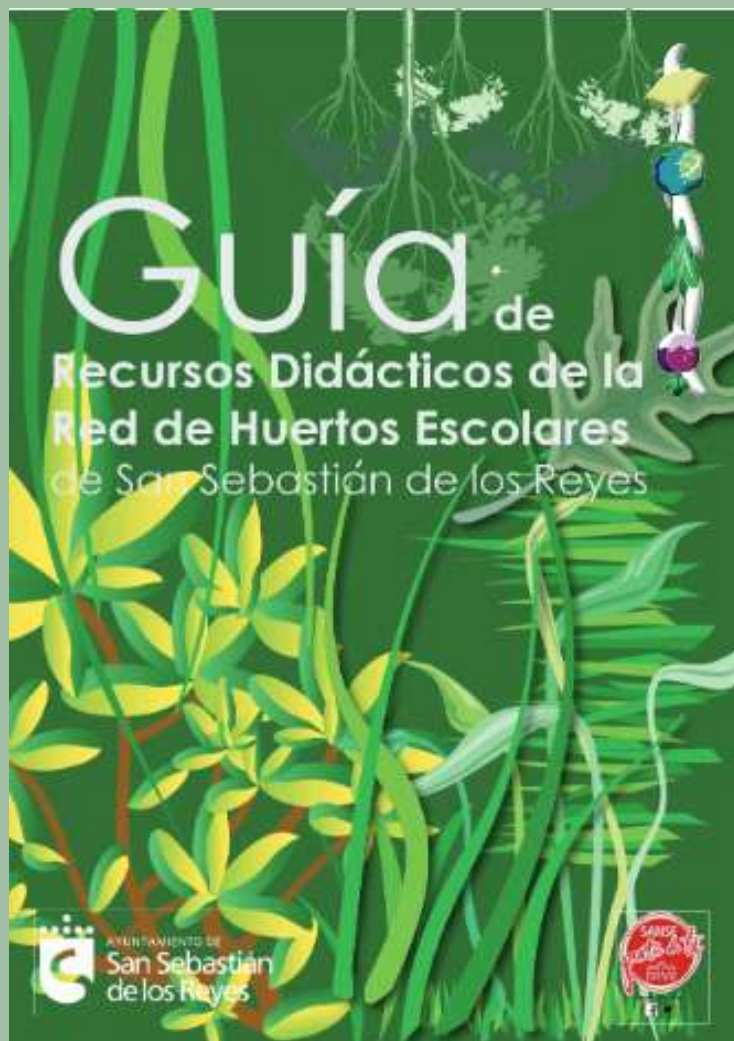
4	5	6	7	8	9	10	
FUERTEMENTE ÁCIDO	MEDIO ÁCIDO	POCO ÁCIDO	MUY POCO ÁCIDO	MUY POCO ALCALINO	POCO ALCALINO	MEDIO ALCALINO	FUERTEMENTE ALCALINO
							NITRÓGENO
							FÓSFORO
							POTASIO
							AZÚCAR
							CALCIO
							MANGANESO
							HierRO
							MANGANESO
							HierRO
							COBRE Y ZINC

Qué podemos cultivar:

Dependiendo del tipo de suelo que tengamos crecerán mejor unas hortalizas u otras.

ALCALINOS	ÁCIDOS
APIO ESPINACA HABAS JUDÍAS.	FRESA MAÍZ MELÓN PIMIENTO PATATA.

RECURSOS PARA HUERTOS



Actividades para Educación Primaria

Nombre de la actividad: Gymkhana de los sentidos en el huerto.

Destinatarios/as: Puede adaptarse a todos los niveles educativos, pero recomendamos hacerlo sobre todo en 1º y 2º de primaria, donde se trabajan los sentidos

Objetivos

- Repasar los sentidos, los órganos de los sentidos y sus funciones a través de las verduras y hortalizas del huerto.
- Aprender a reconocer algunas verduras típicas de la dieta que no conocemos en su forma original.
- Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación.

Contenidos

- Verduras del huerto
- Los sentidos
- Los órganos de los sentidos

Nombre de la actividad: Los colores.

Destinatarios/as: alumnos y alumnas del ciclo TVA (Transición a la vida adulta- 16 a 21 años).

Temporalización: Esta actividad se puede realizar en cualquier momento del curso, para observar los distintos colores del huerto según la estación del año.

Objetivos

- Trabajar la observación como medio de conocimiento y relación con el entorno.
- Conocer los colores.
- Discriminar distintas tonalidades del mismo color.
- Fomentar el trabajo en equipo.
- Valorar el trabajo de los demás.

Contenidos

- Los colores
- Las estaciones del año

ACTIVIDADES CENTROS DE EDUCACION ESPECIAL

RECURSOS PARA HUERTOS

ALIMENTACIÓN
RED EDUCATIVA POR LA SOSTENIBILIDAD ALIMENTARIA

CONOCE ALIMENTACIÓN

RECURSOS

NOTICIAS

CONTACTO



Recursos digitales para Formación Profesional

Conoce las herramientas que estamos desarrollando para incluir el Derecho a la Alimentación y el Desarrollo Sostenible con enfoque de género en la Familia Profesional Agraria.

Saber más >>



KIT DE HERRAMIENTAS DIGITALES
FAMILIA PROFESIONAL AGRARIA



SOBERANÍA ALIMENTARIA



ENFOQUE DE GÉNERO



PEDAGOGÍAS CRÍTICAS

RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



- 1** **1h - REASONING** : discovering and linking the cards and creating the collage.
- 2** **1h - CREATIVITY** : relaxing, taking ownership of the collage and creating a team spirit by decorating it.
- 3** **15' - PRESENTATION** : share what you learnt and consolidate it with a concise presentation.
- 4** **45' - DEBRIEF** : a calm discussion of players' feelings, positions, questions and solutions.

Cédric Ringenbach
Creative Commons



RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



Lista de la Compra de Temporada



Triskel Apps Compras

★★★★★ 377 👤

PEGI 3

Ofrece compras en la aplicación

Esta aplicación está disponible para

➕ Añadir a la lista de deseos



Diapositiva 41

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



¿QUIÉN NOS ALIMENTA?

NUESTRA SALUD Y LA DEL PLANETA
EN MANOS DE LAS MULTINACIONALES

Unidad didáctica para trabajar la Soberanía Alimentaria en Secundaria



Dinámica etiquetado

RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL

Plato saludable



Elige aceites de calidad (AOVE)

Frutas y verduras
consúmelas en
abundancia y llena
tu plato de color



Hidrátate con
agua



Proteínas
elige carnes magras,
pescado, huevos, y
legumbres.
Evita embutidos y
carnes grasas

Hidratos de carbono
elige cereales
integrales

Haz ejercicio físico 



HEALTHY EATING PLATE

HEALTHY OILS
Use healthy oils (like olive and canola oil) for cooking, on salad, and at the table. Limit butter. Avoid trans fat.

WATER
Drink water, tea, or coffee (with little or no sugar). Limit milk/dairy (1-2 servings/day) and juice (1 small glass/day). Avoid sugary drinks.

VEGETABLES
The more veggies – and the greater the variety – the better. Potatoes and French fries don't count.

WHOLE GRAINS
Eat a variety of whole grains (like whole-wheat bread, whole-grain pasta, and brown rice). Limit refined grains (like white rice and white bread).

FRUITS
Eat plenty of fruits of all colors.

HEALTHY PROTEIN
Choose fish, poultry, beans, and nuts; limit red meat and cheese; avoid bacon, cold cuts, and other processed meats.

STAY ACTIVE!
© Harvard University

Harvard T.H. Chan School of Public Health
The Nutrition Source
www.hsph.harvard.edu/nutritionsource

Harvard Medical School
Harvard Health Publications
www.health.harvard.edu

RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL





2 magdalenas = 19,5 g de azúcar
5 terrones



4 galletas = 33 g de azúcar
8,4 terrones

Diapositiva 46

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



Diapositiva 47

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



Diapositiva 48

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

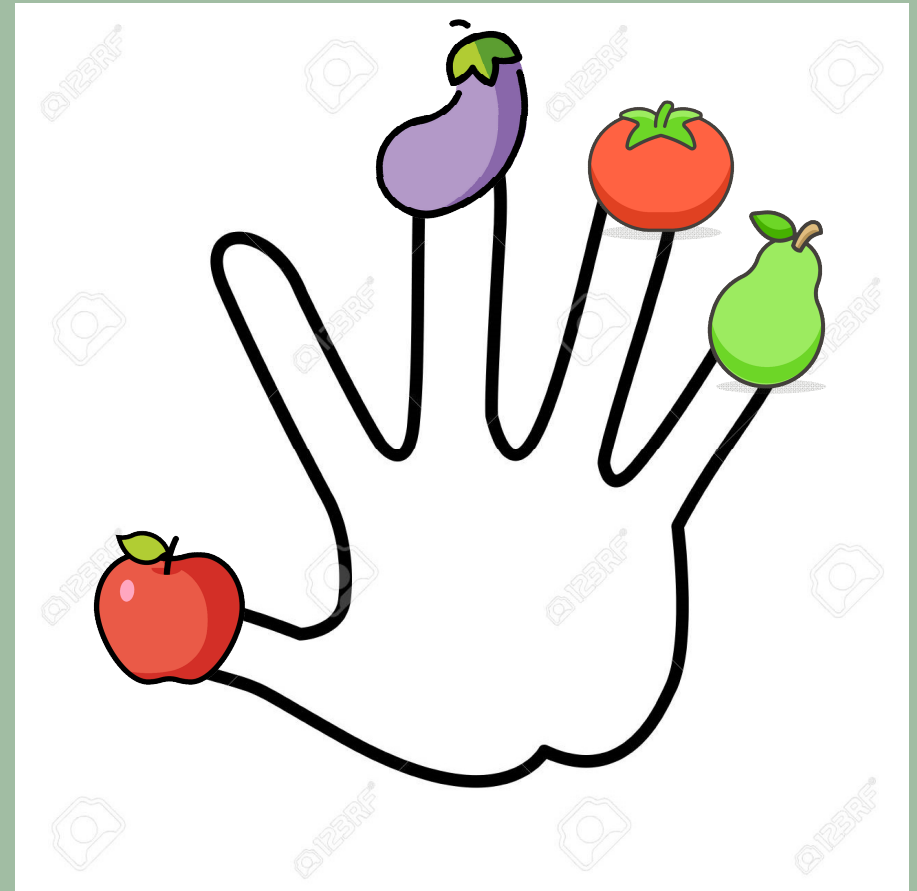
RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



RECURSOS PARA INCLUSIÓN SOCIAL



Máquina de vending saludable



5 al día 3 verduras + 2 frutas

¿CÓMO ATRAER PÚBLICO JOVEN?

- Protagonismo
- Actividades en mini grupos
- Aprendizaje lúdico
- Redes sociales, apps, Kahoots
- Cursos de cocina “Realfoding”
- Vegetarianismo/veganismo (bienestar animal)
- Recetas saludables
- **Nota: No hablar de calorías**

Es necesario que la escuela acompañe a las y los jóvenes en su proceso de maduración y de construcción de identidad. La educación en esta etapa debe proporcionar herramientas y saberes críticos para impulsar procesos orientados a defender sus derechos y a promover su participación activa en la construcción del mundo y su futuro.

Educación crítica y transformadora

Diapositiva 51

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Gencat Pequeños cambios para comer mejor

https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_salu_tothom/Petits-canvis/La-guia-peq-cambios-castella.pdf

Blog de alimentar el cambio

<http://alimentarelcambio.es/>

EAT-lancet commission report "Food, Planet, Health"

<https://eatforum.org/eat-lancet-commission/>

Educación nutricional en el niño y adolescente. Objetivos clave

<https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-educacion-nutricional-el-nino-adolescente--X0212047X11205090>

This Emotion Can Help You Eat Healthier

https://greatergood.berkeley.edu/article/item/this_emotion_can_help_you_eat_healthier

Amigos de la Tierra – Menos carne, mejor carne

<https://www.tierra.org/menos-carne-mejor-carne/>

Diapositiva 52

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Royo-Bordonada – Evaluación de la publicidad infantil en España

http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1139-76322019000400007&script=sci_arttext&tIng=pt

La obesidad infantil también es un problema de clase

https://www.eldiario.es/nidos/obesidad-infantil-problema-clase_1_1341972.html

Vídeo Alimentar el cambio

<https://vimeo.com/323818582>

Alimentación saludable y sostenible

<http://alimentarelcambio.es/wp-content/uploads/2020/11/DKV-Ebook-Observatorio-alimentacion.pdf>

Influencers sostenibles

Esther Vivas

<https://www.youtube.com/watch?v=6CwDvVAJTtE&feature=youtu.be>

Guatavo Duch

<https://gustavoduch.wordpress.com/indice/>

Diapositiva 53

v1

virginia.caballero@cerai.org; 05/02/2021

TALLER REALIZADO POR



Garúa
Saberes y Proyectos
Ecosociales

CONTACTO

agueda@garuacoop.es

virginia@tomatetutiemponutricion.com



educacionsostenible@madrid.es