

Alimentació i hàbits saludables des de la infància

413-1

EROSKI considera que una ciutadania formada i informada és fonamental per mantenir una alimentació equilibrada i saludable. En aquest sentit, promovem una alimentació que previngui l'obesitat infantil a través del nostre compromís núm. 3, facilitant l'accés a productes més saludables i formant els nens i nenes perquè tinguin una millor alimentació.

Escola d'alimentació

Aquesta iniciativa de la Fundació EROSKI va néixer el 2013 amb la vocació de fomentar una alimentació equilibrada i uns hàbits de vida saludables entre la ciutadania. És un punt de trobada de professionals de la salut i l'educació, progenitors, escolars i la resta de la ciutadania compromesa amb la millora de l'alimentació i l'estil de vida.

L'Escola d'Alimentació ofereix informació actual i de qualitat provinent del coneixement científic i de les investigacions que desenvolupa. El repte definit és "mouré'ns junts cap a una societat més sana i, per tant, més feliç". Així mateix, en col·laboració amb l'Escola d'Alimentació, ins-

tal·lem espais didàctics en actes amb participació infantil perquè les nenes i els nens puguin adquirir d'una forma lúdica coneixement sobre bons hàbits alimentaris.

www.escueladealimentacion.es

Per desenvolupar el Programa Educatiu en Alimentació i Hàbits Saludables i la resta de les iniciatives de l'Escola d'Alimentació, com el Passaport Saludable, hem col·laborat també amb governs autonòmics i diferents organitzacions relacionades amb la salut i el consum responsable.



“Energia per créixer”, Programa Educatiu en Alimentació i Hàbits Saludables (PEAHS)

L'Escola de l'Alimentació es va crear després de l'èxit del projecte “Energia per créixer”, el nostre Programa Educatiu en l'Alimentació i Hàbits Saludables, iniciativa posada en funcionament el 2012 per la Fundació EROSKI per tal de frenar la tendència creixent de la taxa d'obesitat infantil a Espanya.

energiaparacrecer.escueladealimentacion.es 

L'objectiu primordial del programa és sensibilitzar els estudiants sobre la importància de seguir una alimentació equilibrada i un estil de vida saludable. Un total de 460.401 escolars de tot Espanya de 3.192 centres d'educació primària van participar en l'última edició.

Hi han participat des de l'inici el 28,5% dels centres d'Espanya. La nostra aspiració per al 2025 és formar més de dos milions d'escolars i les seves famílies.

El programa està compost per deu sessions lectives i tres tallers pràctics:

Sessions lectives:

El 2018 hem actualitzat part dels materials educatius que vam crear sobre alimentació equilibrada i hàbits saludables en les quatre llengües oficials (castellà, euskera, gallec i català) perquè els centres escolars puguin impartir-lo en hores lectives. Amb aquests materials, es forma l'alumnat en alimentació equilibrada, hàbits de vida saludable, el coneixement dels productes

locals, les dietes d'altres llocs del món i la sostenibilitat del planeta. A més de noves activitats i mòduls de record, hi hem inclòs vídeos elaborats amb dos nous productors agroalimentaris, Fibrasa i Conservas Arroyabe, amb l'objectiu de consolidar els criteris per desenvolupar una alimentació saludable que inclogui productes locals.

Els continguts han estat elaborats per un comitè científic format per professionals de la medicina, la nutrició i dietètica, la psicopedagogia i la pedagogia. A més a més, hem comptat amb la col·laboració d'Unicef, WWF, la Fundació Espanyola del Cor i el Basque Culinary Center.



Tallers pràctics:

En tres tallers pràctics l'alumnat experimenta el que ha après en un entorn real i quotidià

Visita a una botiga:

Els escolars revisen amb productes reals l'etiquetatge nutricional i la ubicació que tenen a la piràmide nutricional. De la mà de la persona responsable del taller, aprenen a compondre un cistell saludable i a construir una piràmide nutricional.

Visita a un productor o fabricant local o regional:

l'alumnat aprèn, d'una manera didàctica i lúdica, la importància de la producció local d'aliments com a eix de valor en matèria de sostenibilitat mediambiental, cultural i social. El 2018, Fibrasa i Conservas Arroyabe s'han sumat al llistat de productors locals que col·laboren amb el programa des de l'inici: Barrenetxe, Gomiztegi, Lacturale, UDAPA i Nusi.

Aula de cuina:

consisteix a elaborar i cuinar el menú per a un dia complet amb l'assessorament d'un professional del Basque Culinary Center, centre mundial de referència en gastronomia i cuina.



Programa educatiu CAPRABO

A Catalunya, el nostre programa educatiu per una alimentació saludable "Tria bo, tria sa" de CAPRABO ha celebrat el 2018 el 10è aniversari. Té l'objectiu d'ensenyar els nens i nenes a alimentar-se de manera saludable i fomentar-hi uns hàbits d'alimentació equilibrada, acompanyats d'una persona professional de la nutrició. Per això, es duen a terme accions teòriques de sensibilització a l'aula i pràctiques als supermercats, on se'ls ensenya a escollir un cistell de la compra saludable. A més a més, se celebra un concurs en el qual, juntament amb les seves famílies, desenvolupen el menú de dia i adquireixen el compromís d'un bon hàbit familiar.

Així mateix, el programa fomenta hàbits d'alimentació saludables durant els primers anys de vida en un curs dirigit a escolars de 2 i 3 anys, fruit de la col·laboració entre CAPRABO i la cooperativa Encís.

Com a novetats, enguany s'ha introduït nou material per a l'alumnat, amb l'objectiu de conscienciar en matèries relacionades amb el desenvolupament sostenible, el consum responsable o la fam zero, entre d'altres. D'altra banda, 5.3 el programa s'ha adaptat a un format digital per arribar a més centres i facilitar l'accés a la informació.

Programa educatiu VEGALSA-EROSKI

A Galícia, el programa educatiu per a una alimentació saludable que duu a terme VEGALSA-EROSKI es consolida mitjançant les activitats "Visita el súper" i "Mates al súper", als qual s'hi suma la iniciativa "Come rico, vive san", emmarcada dins el projecte nacional "Prevenció de l'obesitat. Alleugera la teva vida", liderat per

la Societat Espanyola de l'Obesitat (SEEDO), a través de la seva fundació. Aquesta iniciativa, en la qual col·labora VEGALSA-EROSKI i que ha estat certificada com "esdeveniment d'excepcional interès públic" pel Govern d'Espanya, cerca aturar i revertir l'epidèmia de l'obesitat al país.



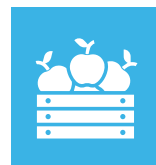
"Visita el súper"

El seu objectiu és fomentar hàbits de vida saludables, el comportament responsable, i la promoció i defensa dels interessos i els drets dels consumidors.



"Mates al súper"

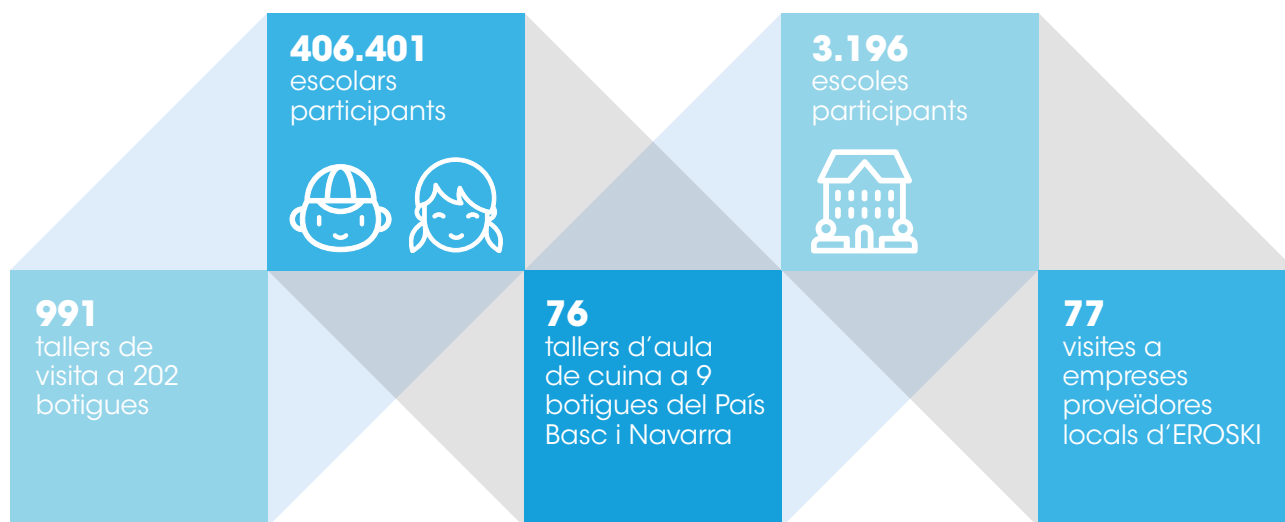
Durant la visita a la botiga, es fan exercicis de càlcul, estimació, observació, recollida de dades, etc., per equips. Es fa la compra d'un esmorzar saludable per després passar per caixa realitzant la tasca de caixer/a. Posteriorment, s'analitza amb la monitora si la compra ha complert els requisits establerts i si ha estat saludable.



"Come Rico, Vive San"

Amb aquest projecte es fomenta el compromís amb l'alimentació i els hàbits de vida saludables, a través d'iniciatives variades de col·laboració formativa: Sannifestes a les escoles gallegues, els tallers "Dálle valor ao peixe", els obradors de pa i formatge, i els tallers d'alimentació saludable, tant per a la població infantil com per a la sènior i els proveïdors. Destaca, a més a més, la campanya de sensibilització "Prevenció de l'obesitat. Alleugera la teva vida", liderada per la Societat Espanyola per l'Estudi de l'Obesitat.

Indicadors principals dels programes educatius del grup EROSKI per al curs 2017/2018



VII Trobada de l'Escola d'Alimentació

Des de 2009, la Fundació EROSKI ha promogut trobades entre professionals sanitaris i ciutadans amb preocupacions i necessitats en matèria de salut. L'objectiu sempre és oferir un espai de reflexió al voltant dels afers rellevants relacionats amb la salut de la població.

El 2018 s'ha dut a terme la VII Trobada de l'Escola d'Alimentació, que, sota el títol "La gana és al cervell. Desenvolupar hàbits alimentaris saludables en els fills", ha comptat amb experts en l'àmbit de la nutrició, la ciència i la psicologia, que han analitzat amb socis i sòcies d'EROSKI Club la importància de l'alimentació en edats primerenques.

Premien el Programa Educatiu de la Fundació EROSKI

La tasca realitzada per "Energia per créixer" ha estat reconeguda en nombroses ocasions. El 2018, el Programa Educatiu de la Fundació EROSKI ha estat guardonat amb el **Premi a la Millor Iniciativa Empresarial, atorgat per l'Acadèmia Espanyola de Nutrició**. Així mateix, ha estat finalista als IX Premis Coresponsables en la categoria de Comunicació Responsable a la Millor Estratègia Integral de Comunicació.