Massana Sustatzaile

Hezkuntza Proiektua

Florette

Barazkiek emozioak lantzen dituzte

Al.

Ausolanek eta Florettek 4.000 ikasleri hurbilduko dizkiete barazkien onurak

Barazkien kontsumoa haurtzarotik bultzatzeko eta bizimodu osasungarria sustatzeko helburuarekin

• Elikadura osasungarriaren aldeko apustuaren laugarren edizioa haur eta lehen hezkuntzako – 3 eta 12 urte bitarteko – ikasleei zuzenduta dago, eta ondo sentitzeko kontzientziaz eta modu osasungarrian jaten ikasteak duen garrantzia irakastea du helburu.

• Edizio berriak 4.000 ikasleri baino gehiagori eragingo die, eta berrikuntzak dakartza: memoria-jarduerak, lehiaketak eta haur guztiek gehien gustuko duten unea, "Wrap O'Clock", platerak muntatzeko eta dastatzeko tailerra.

• Ekimenak elikaduraren eta emozioen arteko harremana erakutsiko du, eta nola fruta eta barazkien kontsumo handiagoak energia, bizitasun eta animo egoera hobea izaten laguntzen duen.

Ausolanek, Floretterekin lankidetzan, "**Barazkiek emozioak lantzen dituzte**" hezkuntza-kanpaina laugarren edizioa aurkeztu dute. Ekimenaren helburua da haurtzarotik elikadura-ohitura osasungarriak sustatzea eta elikaduraren eta ongizate emozionalaren arteko lotura azpimarratzea.

Aurten, ekimena 3 eta 12 urte bitarteko Haur eta Lehen Hezkuntzako 4.000 ikasle baino gehiagorengana iritsiko da Euskal Autonomia Erkidegoan eta Nafarroan. 30 ikastetxek baino gehiagok ikasiko dute, tailer interaktiboen eta jarduera ludikoen bidez, egunero frutak eta barazkiak kontsumitzearen garrantzia, energia, bizitasun eta gogo-aldarte hobea lortzeko.

Ausolango Hezkuntza Proiektuaren barruan kokatzen da jarduera, eskola-jantokian, eta "*haurrek ondo jatea osasungarria izateaz gain, dibertigarria eta ongizate emozionalerako onuragarria dela jakitea*" du helburu, **Ausolango Hezkuntza Proiektuko** taldeak adierazi duenez.

Ikasleek egunero bost ezaugarri hauek betetzen dituen menu bat jaten ikasiko dute (bost eseak gaztelaniaz): Osasungarria, Osasuntsua, Segurua, Jasangarria eta Zaporetsua; barazki eta frutekin, harmonia emozionala lortzeko.

Florettek dioen bezala, "*elikadura osasungarria bizitza hobe baterako oinarria da. Haurrek txikitatik bertako barazki freskoen onurak aurkitzea lortzen badugu, bizitza osoan lagunduko dieten ohiturak sortzen lagunduko diegu*".

Hezkuntza Proiektua

Hobeto jaten ikasteko jarduera tailerra

Barazkiek emozioak lantzen dituzte izenpean, lehen tailerra gaur hasiko da eta datorren maiatzaren 30era arte egongo da martxan, 30 ikastetxetan baino gehiagotan zehar bidaiatuz, adin maila bakoitzari egokitutako praktikekin, astero garatuko diren ekintza batzuekin.

Ikasleek barazkiak eta frutak altxor nutrizionalak direla ikasiko dute eta horien osagaiak, bitaminak eta mineralak bezala, ezinbestekoak direla ondo sentitzeko eta zoriontsu izateko.

Al.

Aurtengo berrikuntzetako bat "Wrap O'Clock" tailerra da. Bertan, ikasleek wrap osasungarriak prestatzen eta dastatzen parte hartuko dute, sukaldaritzako sormena sustatuz eta egunero fruta eta barazkien bost anoa kontsumitzeko mezua indartuz. Gainera, hainbat landare eta barazki emozio positiboekin lotzen dituzten memoria-dinamikak eta lehiaketak txertatuko dira, ikaskuntza modu dibertigarri eta eraginkorrean errazteko.

Ausolan eta Floretteren ahalegin bateratua bat dator Eskubide Sozialen Ministerioaren eta 2030 Agendaren gomendioekin, eskola-jantokietan elikadura osasungarriagoa eta jasangarriagoa izatearen alde egiten baitute, fruta, barazki eta lekaleen kontsumoa sustatuz eta elikagai ultra prozesatuak eta edari azukredunak mugatuz.

Massana Sustatzaile

Hezkuntza Proiektua

Kaiku

Baserritartean Tailerra

Baserritartean ekimenaren bigarren edizioa jarri dute abian Ausolanek eta Kaikuk "Baserriaren bizitza"

Baserri ibiltari bat, gaur egun baserri bateko bizimodua nolakoa den eta gure aitona-amonek baserrietan nola lan egiten zuten ezagutzeko. Lurra, produktua eta ingurumena errespetatuz.

Aldaketei erreparatuko diegu, azpiegitura modernoei eta teknologiari, eta forma berri horiek antzina egiten zutenarekin alderatuko ditugu.

Baserrian, jogurta, gazta, eztia... egindako produktu jakin batzuk lortzeak dakarren guztia ikasiko dugu... eta dastatze sentsorialen esperientziekin biziko dugu.

Kaikuren laguntzarekin bidaiatzeko aukera izango dugu, Baserri nahi badugu.

Informazio gehiago hemen

Massana Sustatzaile

Hezkuntza Proiektua

Parriaundi

BERTOKO OGIA · BENETAKO OGIA

Orean Bete Betean

Haurrak oinarrizko elikagai horretara hurbil daitezen, hau da, ogira eta, oro har, zerealetara.

Al.

Orean Bete Betean tailerrarekin Parriaundik lagunduko gaitu eta apirilera arte 12 ikastetxetan egongo gara eta 1750 haurrek masa amarekin ogia egiten ikasiko dute.

Helburuen artean, hauek nabarmenduko ditugu:

- Gure dietako oinarrizko elementu baten (ogia) ontasunak ezagutzea.
- Ore ama duen artisau-ogiaren oinarrizko kontzeptuetan murgiltzea.
- Masa amaren elaborazioa, irinak eta oratzearen praktika ezagutzea.
- Zentzumenak usaimena eta ukimena bezala estimulatzea, eskuetan motrizitatea garatzeaz gain.
- Ikasle guztiek ogi bat egiten parte hartuko dute, eta ogi hori laberatu eta etxera eraman ahal izango dute.

Eskerrik asko!

Massana Sustatzaile

Ausolan.