

MI PLATO

TALLERES
ESCOLARES

*Aprender las reglas del juego
para ganar la partida de la
alimentación saludable*

<http://nutridactica.nunut.es>

Cada día los niños se enfrentan al plato de comida sin entender ¿por qué esto y no lo otro? En **Mi Plato**, de una forma entretenida y con la colaboración activa de los niños, aprenderán a elegir los alimentos que más les conviene y cuándo los necesitan.

Contenidos

Averiguar el punto de partida en el que nos encontramos respecto a nuestra dieta a través de un test de hábitos alimentarios.

Descubrir las cualidades de los alimentos y otorgarles un protagonismo en **Mi Plato**.

Aprender a diseñar un menú para "c.a.e.r. de p.i.e."

Hacer propósito de mejorar algún aspecto de nuestra alimentación y concretarlo en el cuaderno **Mi Plato** y en un imán de nevera

recordatorio para llevar y poner en práctica en casa.

Plan de mejora

Se propondrá un Plan de mejora tras la evaluación nutricional del grupo.

Materiales didácticos

Cuadernos Mi Plato.
Imán recordatorio nevera.
Fichas Mi Plato.
Test de hábitos alimentarios.

Difusión de la actividad en la comunidad escolar y medios de comunicación.

Idioma

Español o inglés.

Docente

Dietista-Nutricionista

Precio: 500 €

Suplemento inglés: 105 €
(los precios no incluyen iva)



9 a 16 años

Edad



2h

Duración



25

Nº Alumnos



Español
Inglés

Idioma

Comunidad Valenciana

Alma Palau
Ferrerres Bretó, 23
12580 Benicarló, Castellón.
T 648 252 522
apalau@nunut.es

Murcia

Julio Navarro
Avda de la Ñora 213, 3º A
30108 Murcia
T 622 613 785
jnavarro@nunut.es

Nutridáctica®



www.nunut.es