

Seminari web. **Menjar millor a l'escola. Més saludable, sostenible i saborós**

Descripció

El primer i més important aprenentatge alimentari té lloc a la llar. Així i tot, a Catalunya prop del 42% dels infants i adolescents utilitzen el servei de menjador escolar. Aquest espai no només garanteix que rebin una alimentació segura i equilibrada, sinó que també és una gran oportunitat per aprendre hàbits saludables i sostenibles que es complementen amb els que s'adquireixen a casa. En aquest seminari reflexionarem sobre el paper del menjador escolar com a espai educatiu i de salut, més enllà de la simple provisió d'un àpat.

Característiques

- **Durada:** 1 hora lectiva (inclou un temps per a torn obert de preguntes).
- **Modalitat:** seminari web síncron en línia a la plataforma Zoom. L'enllaç per accedir al seminari s'enviarà trenta minuts abans de l'inici de la sessió. Totes les inscripcions rebudes dins del termini es consideraran admeses.
- **Destinataris:** qualsevol persona que tingui interès a adquirir informació i coneixements sobre els àpats i les programacions de menús en l'entorn del menjador escolar.
- **Sense cost** per als participants.
- **Docent:** Gemma Salvador i Maria Manera. Dietistes-nutricionistes. Subdirecció General de Promoció de la Salut. Agència de Salut Pública de Catalunya. Departament de Salut.

Objectius

- Conscienciar sobre la importància de reconèixer el menjador escolar com a entorn d'aprenentatge d'hàbits saludables i sostenibles.
- Identificar els criteris bàsics de les planificacions de menús al menjador escolar, així com les guies de referència i les normatives vigents.
- Donar a conèixer les principals estratègies per millorar l'oferta alimentària dels infants tant a l'escola com a casa.

Continguts

- Estratègies bàsiques per oferir una alimentació saludable i sostenible en la infància.
- Criteris que han de complir les programacions de menús escolars.
- Salut, sostenibilitat i valor gastronòmic de l'alimentació a l'escola.
- Com complementar els àpats de dinars a l'escola i sopars a casa?
- L'actitud i el rol de les persones adultes entorn de l'àpat: l'atenció i cura del marc relacional.

Certificació

Les persones connectades un mínim del 80% de la durada de la sessió rebran un certificat de participació. Els certificats expedits per l'Escola de Salut Catalana són un reconeixement a la participació ciutadana en les activitats formatives. En cap cas es

poden equiparar a certificats obtinguts en activitats de formació continuada en l'àmbit professional.

Organització i secretaria tècnica

Escola de Salut Catalana: formacio.escola.salut@gencat.cat