

ELIKADURA OSASUNTSUA

Elikadura osasuntsuaz gehiago jakiteko aurkezten dogu micro-site hau. Orain dala hiru urte Eusko Jaurlaritzak arlo honetan garatutako programaren barri izan genduanetik Ikastolak eskaintzen dauazan zerbitzu osogarrien artean, hau lehentasuna dauan gaia da.

Hori dala eta, orain dala urte bi Ikastolak eguneko menua ebaluatu eban eta agertu ziran ahuleziak batu eta NAOS estrategia eredu ofizialean oinarrituz, gauzatzeko moduko hobekuntzak ikusi genduzan.

Horren eraginez, azken hiru urteetan gure menuak hainbat aldaketa jasan dauz, beti be, elikadura osasuntsu baten diseinu eta umeen gustuen arteko oreka bilatu eta aurkituz. Badakigu oreka egoki eta erreala lortzea ez dana bat be erraza baina ekinean gabiliz.

Elikadura osasuntsuak, Ikastolako menuez gain beste arlo bitan landu beharra daualakoan gagoz, bai hezkuntza proiektuaren barruan, bai Ikastolatik kanpo be, hots, ikasle bakoitzaren egunerokoan. Hezkuntza proiektuari jagokonez, elikadura osasuntsuaren aldeko curriculum-diseinu egokia erdiesteko programazio guztiak barrikusten hasi gara.

Era berean, micro-site honek hirugarren arlo horri eutsi nahi deutsa, hau da, Ikastola osotzen dogun guztiok, arlo honi buruzko informazio zehatza eta egokia eskuratzea. Gure ikasleak elikadura egokian hezitzea Ikastola eta sendien arteko lana izanik, tresna barri honek laguntza egokia eskaintzea bilatzen dau.



ALIMENTACION SALUDABLE

Presentamos esta micro-site con el objetivo de sensibilizar en un tema tan importante como la alimentación saludable. Hace tres años que nos sumamos a la estrategia que el Gobierno Vasco impulsó en este ámbito y dentro de los servicios complementarios que ofrece la Ikastola, este tema ha sido uno de los prioritarios.

Por ello hace dos años decidimos auditar el menú que ofrecíamos. Una vez detectadas las debilidades del menú, basándonos en la estrategia alimenticia NAOS iniciamos un ciclo de mejora de dicho menú.

Debido a esto, nuestro menú ha sufrido múltiples variaciones los tres últimos años, intentando equilibrar una dieta saludable con unas recetas aceptadas por el alumnado. Este equilibrio sigue siendo un ámbito a mejorar y seguiremos en ello hasta lograrlo.

Pero creemos que mas allá del menú, la alimentación saludable debe ser trabajada en otros dos ámbitos, tanto en el proyecto educativo como en la realidad externa a la Ikastola, es decir, en el día a día del alumnado. Respecto al proyecto educativo, estamos revisando todas las programaciones curriculares con el objetivo de engarzar un proyecto claramente definido.

Esta micro-site quiere apoyar el tercer ámbito de actuación, asesorando a todos/as los/as que formamos la Ikastola en este tema. Consideramos que es labor de las familias junto a la Ikastola educar al alumnado en hábitos de vida saludables. Esta micro-site pretende ser un apoyo para ello.