

DECÀLEG DEL MENJADOR

Bones pràctiques i hàbits a taula

ESPAI LLIURE DE MÒBILS / RELLOTGES INTEL·LIGENTS

Durant l'estona de menjador no s'utilitzen telèfons mòbils ni altres dispositius, per afavorir la conversa i l'atenció a taula. Cal desar els dispositius dins una capsa en entrar al menjador.

PER A L'ALUMNAT

- 1 Rentar-se les mans abans i després de menjar.
- 2 Seure correctament i mantenir un to de veu baix per no molestar els companys.
- 3 Provar tots els aliments, encara que no siguin els preferits, amb una actitud oberta.
- 4 Utilitzar els coberts de manera adequada, sense pressa.
- 5 Demanar les coses "per favor" i donar les gràcies quan calgui.

PER A LES MONITORES

- 6 Fomentar un ambient tranquil i respectuós, gestionant els conflictes amb paciència.
- 7 Estar atentes a possibles al·lèrgies o intoleràncies alimentàries de cada infant.
- 8 Animar els infants a tastar de tot, sense forçar-los ni renyar-los si no acaben el plat.
- 9 Vetllar per l'autonomia progressiva (que es serveixin, recullin la safata, etc., segons l'edat).
- 10 Donar exemple amb hàbits saludables i bones maneres a taula.

Junts fem del menjador un espai agradable, saludable i respectuós per a tothom.