

ALIMENTOS EN LA HORA DEL RECREO

Ante las dudas que surgen entre las familias de los alumnos/as respecto al consumo de alimentos durante los recreos, se acordó en una reunión del Consejo Escolar enviar una circular informativa a todos los padres/madres, con la intención de que conozcan el sentido que se le quiere dar este asunto desde el Centro.

El Plan Anual de Centro, aprobado por el Consejo Escolar, contiene todas las propuestas de actividades y demás actuaciones que se proponen para el curso escolar. Una de ellas se refiere a los objetivos generales del centro para dicho curso. Y uno de esos objetivos hace referencia al tema que nos ocupa, expresándose en los siguientes términos:

“Preparar al alumnado para que sepa llevar una vida sana, conociendo cómo debe ser su alimentación y las normas de higiene más adecuadas, implicando a la familia en ello. Se establecerá una dieta adecuada para la hora del recreo y se limitará el consumo de golosinas (sólo en ocasiones especiales).”

Entendemos por dieta adecuada para la hora del recreo aquella que supone el consumo de alimentos lo más naturales posibles, huyendo de determinados productos que por su composición aporten poco a una buena alimentación.

En definitiva, se propuso que para el recreo se procurara traer siempre un bocadillo, cuyo contenido sea elegido por las familias a su criterio (siempre en la línea de lo más natural), a excepción de un día a la semana, normalmente el jueves, que podría ser fruta natural (quedarían excluidos los zumos envasados no naturales, por su escaso valor alimenticio y componentes artificiales).

Estas propuestas deben entenderse como medidas razonables que benefician a nuestros/as hijos/as, sin que se quieran imponer como algo obligatorio en cualquier caso, sino que sean aceptadas como sugerencias que los padres /madres en última instancia consideren como adecuadas.

Para mayor información o comunicación de circunstancias especiales en casos particulares, se ruega contacten con el profesor/a-tutor/a de su hijo/a.

LA DIRECCIÓN

A/A PADRES / MADRES DE ALUMNOS / AS DEL CENTRO