

PLAN DE OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

- ALIMENTACIÓN RESPONSABLE.
- HIGIENE BUCODENTAL.
- HÁBITOS DE HIGIENE.
- EJERCICIO.-
- LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE EN EL ÁMBITO FAMILIAR
- GOBIERNO ABIERTO, LOS PRINCIPALES FAMILIARES PARA LA COHESION.

COMPROMISO EN MATERIA DE SALUD, SOSTENIBILIDAD, EDUCACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN.

CONTRIBUIMOS A CUIDAR EL MEDIO AMBIENTE Y POTENCIAR UNA **ECONOMÍA CIRCULAR** Y MÁS SOLIDARIA. Sello Km0

serunion 
educa



ALIMENTACIÓN SOSTENIBLE



**DAMOS MÁXIMA IMPORTANCIA A LA ALIMENTACIÓN,
EL PRIMER DERECHO DEL ALUMNADO ES ESTAR ALIMENTADO.**

DESDE LOS CEI VIRGEN DE CORTES ASUMIMOS EL COMPROMISO DE:

- UNA **ALIMENTACIÓN RESPONSABLE Y SALUDABLE**, BASADA EN LA DIETA MEDITERRÁNEA, MAYORITARIAMENTE VEGETAL, SOSTENIBLE Y JUSTA.
- UNA "**MAYOR ALFABETIZACIÓN ALIMENTARIA**", HACIENDO PARTICIPE A TODA MUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA.

¿CÓMO LO HACEMOS? EN TRES IDIOMAS: VALENCIANO, CASTELLANO E INGLÉS

-A TRAVÉS DE **ACCIONES EDUCATIVAS**, CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN, DIVULGACIÓN Y DIFUSIÓN (MENÚS ADAPTADOS A LAS NECESIDADES DEL ALUMNADO, MEDIANTE NUESTRO HUERTO, CHARLAS, TALLERES, ACTIVIDADES LÚDICAS, JUEGOS MANIPULATIVOS) QUE INTEGRAN A TODA LA COMUNIDAD EDUCATIVA, ALUMNADO, FAMILIAS, EDUCADORES, EMPRESA DE RESTAURACIÓN, SERVIDORES Y RESPONSABLES DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. ADEMÁS DE FOMENTAR LA IGUALDAD ENTRE NIÑOS Y NIÑAS.

CON **DIETA MEDITERRÁNEA**, QUE ES LA QUE **TIENE UN "MENOR IMPACTO MEDIOAMBIENTAL" Y, ADEMÁS, UN «MAYOR EFECTO BENEFICIOSO EN LA SALUD Y EN EL DESARROLLO ECONÓMICO DE LA PROPIA COMUNIDAD»**. ESTO, ADEMÁS, UNIDO A CRITERIOS DE SOSTENIBILIDAD EN LOS SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN QUE SE VEN REFLEJADOS EN LA REDUCCIÓN Y/O MEJOR GESTIÓN DE DESPERDICIOS, REDUCCIÓN DEL PLÁSTICO O EL USO DE MATERIALES BIODEGRADABLES.

-TODOS LOS DÍAS **FRUTA EN LOS ALMUERZOS**. LOS MIÉRCOLES EL ALUMNADO DE 2º CICLO TRAE UNA NARANJA, LA EXPRIMEN Y SE LA TOMAN.

HIGIENE BUCODENTAL



MENU DENT
• CLÍNICA ODONTOPEDIÁTRICA •

MENU DENT

¿Sabías que la cantidad de crema dental varía según la edad de tu peque?

1-2 AÑOS



Arroz

2-5 AÑOS

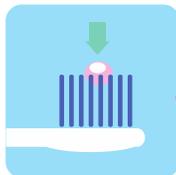


Lenteja

5 AÑOS O MÁS



Regular



Y si tu peque aún no sabe escupir... presiona la crema contra las cerdas!



POR QUÉ ES IMPORTANTE?

La **higiene oral de manera diaria** es una de las principales formas de **preservar nuestra salud**, ya que la falta de ésta podría acarrear múltiples enfermedades.

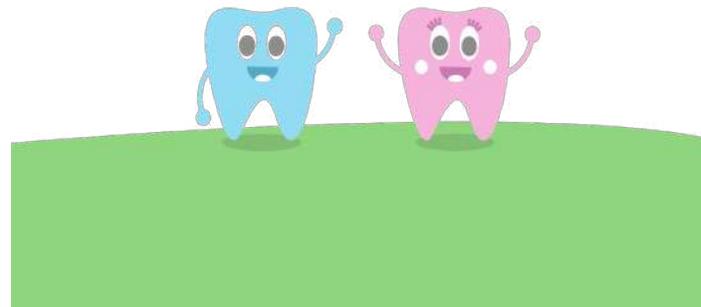
La boca interviene en muchas funciones del ser humano, como: relación, supervivencia, exploración y subsistencia

CÓMO LO TRABAJAMOS?

- **Cepillan sus dientes** durante 2-3 minutos, después de almorzar y comer, con su pasta infantil y su cepillo dental.
- **Comen una dieta saludable** para proporcionar los nutrientes necesarios (vitaminas A y C, en particular) para prevenir la enfermedad de las encías.
- **Revisiones anuales** dentro del aula por una ortopediatra de Conselleria de Sanidad.

Hola! soy MENUDET

Hola! soy MENUDETA



SENSIBILIZACIÓN SOCIAL Y CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE

- Taller de **cómo es un buen cepillado** impartido a nuestro alumnado por parte de las propias familias.
- **Revisiones para toda la familias de Virgen de Cortes** en la CLÍNICA MENU DENT.
- Contribuimos al **cuidado del medio ambiente**, reduciendo el uso del agua en nuestro ritual de higiene a través del uso de un vaso reutilizable en los enjuagues.

HÁBITOS DE HIGIENE



**POR QUÉ ES
IMPORTANTE?**

La **higiene personal** es imprescindible para evitar **enfermedades**. Pequeñas acciones contribuyen a la mejora de nuestra salud.

Por ello desde pequeños/as es imprescindible crear estos hábitos junto con la **familia y la escuela**.

**CÓMO LO
TRABAJAMOS?**

Mediante una **metodología activa** donde el menor es el protagonista y la escuela es el lugar donde **ENSEÑAR PARA LA VIDA**. Para ello, disponemos de un aula ordenada y estructurada por áreas, donde el **CUIDADO DEL AMBIENTE INTERIOR Y PERSONAL** cobran mucha importancia.

- Fomentamos acciones de **REDUCCIÓN DEL USO DE TOALLITAS**.
- Responsabilidad por el **BIENESTAR Y ASEO PERSONAL** de manera autónoma.
- Uso de materiales naturales para reducir el plástico desechable.
- Cubos de reciclaje en aulas y comedor, para fomentar la concienciación por el cuidado responsable del medio ambiente.
- Talleres de concienciación social para nuestro alumnado, docentes y familias.

**SENSIBILIZACIÓN
SOCIAL Y CUIDADO
DEL MEDIO
AMBIENTE**

A través de esta metodología y rutinas diarias fomentamos hábitos de higiene e inculcamos la importancia de una sociedad sostenible mediante el cuidado del medio ambiente y la responsabilidad.

EJERCICIO



POR QUÉ ES IMPORTANTE?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe la **actividad física** como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía.

- Aprenden a seguir reglas y a crear hábitos.
- Se socializan y mejoran sus habilidades para relacionarse.
- Aumentan sus habilidades motoras.
- Favorece su desarrollo físico, con el crecimiento de sus huesos y músculos.
- Se pueden corregir algunos defectos físicos.
- Duermen mejor.
- Les aleja del sedentarismo, reduciendo el tiempo que dedican a la televisión y los videojuegos.
- Son más sanos, pues la práctica regular ejercicio físico les aporta los mismos beneficios para el organismo que a los adultos

CÓMO LO TRABAJAMOS?

Diariamente fomentamos el ejercicio en todo nuestro alumnado, a través de patios dirigidos y de dos sesiones semanales de psicomotricidad.

Además ofrecemos extraescolares donde la actividad física, relajación, conciencia del cuerpo y control emocional cobran protagonismo.

SENSIBILIZACIÓN SOCIAL Y CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE

Fomentamos el deporte en nuestras familias a través de la animación a marchas propuestas en nuestra ciudad con valores reivindicativos a favor de la mejora social y la sostenibilidad de la misma

Fomentando el deporte como actividad saludable y beneficiosa para la persona y nuestro medio ambiente.



**CEI Virgen
de Cortes**



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**



equàlitàt
participació i igualtat

**OBJETIVOS DE DESARROLLO
SOSTENIBLE**



CeiCortes



Virgen de Cortes



www.ceivirgendecortes.es



virgendecortes@gmail.com



963 813 644
963 785 644

655 697 737



**LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO
SOSTENIBLE EN EL ÁMBITO FAMILIAR**



**CEI Virgen
de Cortes**



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**



equàlitàt
participació i igualtat

OBJETIVOS

La familia como motor de la sociedad, debe promover los **Objetivos de Desarrollo Sostenible** tales como erradicar la pobreza y el hambre y garantizar que personas de todas las edades crezcan en un ambiente saludable y próspero, igualitario y con oportunidades educativas.

Desde la familia aportamos con pequeñas grandes acciones a los siguientes ODS...



OBJETIVO 16: paz y justicia

La mayoría de menores en todo el mundo, sufren violencia física y/o psicológica.

En casa podemos...

- o Eliminar las conductas adictivas.
- o Ser modelos de conducta.
- o Compartir, convivir, colaborar.
- o No pelear: buen ambiente en el hogar.
- o Mantener el contacto con la familia y amistades.
- o Acompañar a las personas.



OBJETIVO 1: fin de la pobreza

Para fomentar y sensibilizar la importancia de una sociedad sin pobreza podemos:

- o Colaborar con entidades de nuestro barrio y ciudad.
- o Ayudar a otras familias.
- o Comprar productos de comercio justo y comercio local.
- o Donar alimentos no perecederos.
- o Apadrinar a un niño o niña.
- o Participar en iniciativas solidarias.
- o Donar la ropa y juguetes que no se usen.



OBJETIVO 3: vida saludable

Los hábitos de vida saludable se adquieren en la infancia y se consolidan en la madurez. Por lo que hay que impulsar rutinas de vida saludables en familia, como:

- o Ocio mediante el ejercicio físico.
- o Dieta saludable y beber mucha agua.
- o Descansar adecuadamente.
- o Educar sobre los peligros de las sustancias nocivas.
- o Cuidados personales y autoestima.



OBJETIVO 4: educación

Desde nuestra familia podemos...

- o Apoyar durante la etapa escolar.
- o Potenciar las capacidades naturales.
- o Involucrarnos en el proceso educativo.
- o Fomentar la lectura.
- o Jugar en familia (ejemplo: Trivial).

A nivel mundial, menos de la mitad de los niños/as de 3 a 6 años asiste a programas educativos.



OBJETIVO 5: igualdad de género

Las mujeres trabajan más en el ámbito reproductivo (no remunerado), y en jornadas parciales y partidas.

¿Qué podemos hacer dentro de casa?

- o Mantener el equilibrio entre los cuidados y la vida laboral.
- o Construir roles igualitarios.
- o Visibilizar el éxito femenino en el ámbito profesional.
- o Potenciar las habilidades.
- o Dialogar y debatir para superar estereotipos.



OBJETIVO 8: empleo juvenil

En 2013, el desempleo juvenil global alcanzó el 14%. En España se alcanzó el 42 % en 2016.

Qué podemos hacer como familia...

- Motivar a los y las pequeñas de la casa con sus tareas.
- Cultura del esfuerzo.
- Autoestima.
- Finalizar los estudios obligatorios, como mínimo.
- Premiar por el trabajo bien hecho.
- Fomentar el empleo juvenil (mentoring, cursos...).



Pequeños pasos...
Grandes Objetivos





**CEI Virgen
de Cortes**



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**



equàlitat
participació i igualtat



CeiCortes



Virgen de Cortes



www.ceivirgendecortes.es



virgendecortes@gmail.com



963 813 644
963 785 644

655 697 737



**GOBIERNO ABIERTO,
LOS PRINCIPIOS FAMILIARES
PARA LA COHESIÓN**



**CEI Virgen
de Cortes**



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**



equàlitat
participació i igualtat



Bases del Gobierno Abierto

- **Transparencia.**
- **Rendición de cuentas.**
- **Procesos participativos.**
- **Aumento de la democracia.**
- **Acceso a la información.**
- **Comunicación bidireccional.**
- **Uso de las nuevas tecnologías.**



1.- TRANSPARENCIA

Problemas:

- Imagen distorsionada sobre el contexto social y económico en casa.
- Peticiones poco realistas.
- Tensiones en el hogar.

¿Qué hacer?

- Sinceridad ante las situaciones que se viven en casa.
- Informar si queremos llevar a cabo planes de ahorro.
- Generar confianza, entendimiento, colaborar unidas, compartir.



2.- PROCESOS PARTICIPATIVOS

- **Error:** imposición en la toma de decisiones.
- **Consecuencia:** Roles abusivos y pasivos.
- **Debemos...**
- Tomar decisiones familiares de manera participativa.
- Tener en cuenta opinión de todas las personas.
- Reservar tiempo semanal para hablar.
- Escuchar los motivos.



3.- ACCESO A LA INFORMACIÓN

Dos vías: activa y pasiva.

- Reforzar **la pasiva:**
- Deshacernos de los miedos a compartir información.
- Dejar de limitar la información.
- Explicitar la posibilidad de pedir información a las niñas y niños.
- Estar abiertas y abiertos a escuchar peticiones.
- Razonar cuando no sea posible compartir la información.



4.- COMUNICACIÓN BIDIRECCIONAL

Ventajas:

- Estrechamos lazos familiares.
- Mejoramos el ambiente en casa.
- Mostramos nuestras opiniones.
- Oportunidad y espacio de expresión.
- Información para cooperar.
- Ser modelo de conducta.
- Expresión horizontal e igualitaria.



5.- USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Centrarnos en lo positivo de las tecnologías:

- Crear grupos de comunicación.
- Usar aplicaciones que creen registros.
- Compartir momentos especiales, fotos, videos...
- Comunicarnos en cualquier momento.
- Mostrar los gastos del hogar.

