






## Tareas a realizar por los monitores



### Suministro de sellos para la agenda de objetivos

¡Ayuda a los niños/as a rellenar la agenda y conseguir sus objetivos y diplomas saludables!

Para ello sigue los siguientes pasos durante el mes x (fecha de comienzo y fin):

- **Fijate** si hay fruta, verdura y/o pescado en el menú cada día.
- **Observa** si los niños/as se comen **TODA** la fruta, verdura y/o pescado los días que se sirvan.
- **Pon** en la mano de los niños/as los sellos correspondientes:
  -  **Sello verde** a los niños que se coman toda la verdura servida.
  -  **Sello naranja** a los niños que se coman toda la fruta servida.
  -  **Sello azul** a los niños que se coman todo el pescado servido.



### Evaluación del consumo real en una muestra representativa (durante x semanas)

- Durante un periodo que se concretará, colaborará en la evaluación y registro de lo que los niños/as han comido de fruta, verdura y pescado en el comedor, empleando una sencilla planilla.

¡Motivar, animar y reforzar!



## KONTSUMITUTAKO FRUTA, BARAZKI ETA ARRAINAREN ERREGISTRORAKO ARGIBIDEAK

*begiraleei zuzenduta*



Aukeratu osasuntsu jatea  
Zu irabazle!



Elige comer sano  
¡Tú ganas!





# Begiraleek

burutu beharreko lanak



## Helburuen agendarako zigiluen banaketa

Hurrei agenda betetzen eta beraien (beraien) helburuak eta diploma osasungarriak lortzen lagundu!!

Horretarako X hilabetean (hasiera eta amaiera data) zehar ondorengo pausuak jarraitu itzazu:

- **Begiratu** edo **egiaztatu** menuan egunero fruta, barazki edota arraina dagoen.
- **Ohartu** ea hurrek, fruta, barazki edota arraina dagoen egunetan **DENA** jaten duten.
- **Jarri** hurren eskuetan dagozkien zigiluak:
  - 🟢 **Zigilu berdea** ezerbitzatutako barazki guztia jaten duten umeentzat.
  - 🟠 **Zigilu laranja** zerbitzatutako fruta guztia jaten duten umeentzat.
  - 🟡 **Zigilu urdina** zerbitzatutako arrain guztia jaten duten umeentzat.

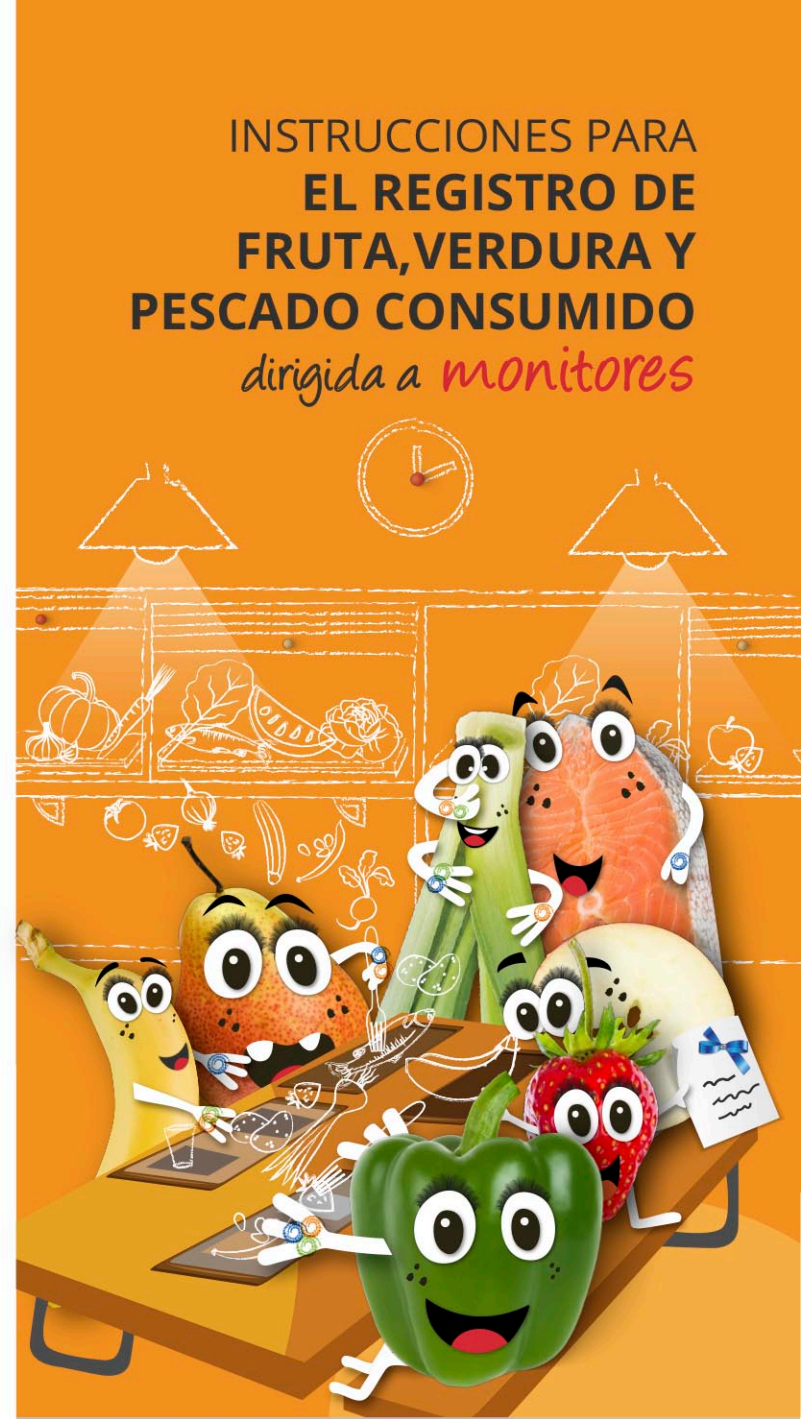


## Kontsumo errealearen ebaluaketa (X asteetan zehar) lagin adierazgarri batean oinarrituz

- Zehaztuko den denboraldian zehar, monitorea, hurrek jangelan jan duten fruta, barazki eta arrainaren ebaluaketa eta erregistroan lagunduko du plantilla erraz bat erabiliz.



## Motibatu, animatu eta indartu!



# INSTRUCCIONES PARA EL REGISTRO DE FRUTA, VERDURA Y PESCADO CONSUMIDO

dirigida a **monitores**

Aukeratu osasuntsu jatea  
Zu irabazle!



Elige comer sano  
¡Tú ganas!