

A menjar toca!

Víctor Raga

Dibuixos de Montse Español

64 pàg.

ISBN: 978-84-9026-983-1

El senyor Cantalombardi viu a l'edifici de Martí i Helena, en un pis ple d'aparells científics. Quan veu que Martí comença a afartar-se de dolços, els explicarà que menjar massa i malament pot ser tan perjudicial per a la salut com la falta de menjar. Per sort, fer-ho d'una manera saludable és més fàcil del que pareix.



TEMÀTICA: l'alimentació saludable, els bons hàbits alimentaris, els menús equilibrats i la dieta vegetariana.

GÈNERE: narrativa, alimentació, ficció educativa.

EDUCACIÓ EMOCIONAL: descobrirem costums alimentaris de tot el món i aprendrem a confeccionar un menú setmanal equilibrat.

MÉS RECURSOS

-  Visita de l'autor.
-  Propostes didàctiques descarregables en www.bromera.com.
-  *Wall-e*, pel·lícula d'animació de Disney on un simpàtic robot s'encarrega de processar les deixalles que generen els humans, que s'han convertit en obesos devoradors de menjar ràpid.
-  *Ratatouille*, pel·lícula de Disney que ens ajuda a comprendre la importància de seguir una alimentació rica i variada, així com a reconèixer els ingredients que conformen una recepta i el procés d'elaboració.
-  *Greta i els Vegefantàstics*, curtmetratge produït per l'IVAC i RTVV on un equip de menjar saludable lluita per fer-se un lloc en el rebost de la família de Greta, una xiqueta enamorada del menjar porqueria.

CLAUS PER A LA LECTURA**La importància d'una dieta equilibrada**

Junt amb Martí i Helena, descobrirem la piràmide alimentària i la seua importància a l'hora de portar una dieta saludable. També aprendrem què passa si centrem la nostra alimentació en el menjar porqueria i com evitar els mals hàbits alimentaris.

Nosaltres també podem fer-ho

Seguir una dieta saludable és més fàcil del que sembla i, sobretot, està a l'abast de tots nosaltres. L'obra inclou un experiment que ens ajudarà a crear un menú setmanal equilibrat. Perquè tots podem menjar bé sense fer grans esforços!

Junts és més divertit

Martí és molt aficionat al menjar porqueria. Quan el senyor Cantalombardi li explica els perills que comporta aquest tipus d'alimentació, decidirà canviar els seus hàbits alimentaris per altres de més saludables. Per això, comptarà amb el suport d'Helena i descobrirà que els reptes s'aconsegueixen amb més facilitat si tenim l'ajuda dels nostres amics.