

## NUESTRO SERVICIO DE COMEDOR ESCOLAR

El servicio de comedor que ofrece el colegio lo gestiona actualmente la empresa “Complejo Estévez” de Talayuela (Cáceres).

Los beneficios que aporta este servicio a los alumnos y sus familias son los siguientes:

**Buenos hábitos de alimentación.** Los alumnos se acostumbran a comer la comida que les ponen porque, simplemente, es la que hay, y esta suele ser sana para evitar la obesidad de los niños. Obviamente esto no es así en caso de niños alérgicos o algún día puntual que estén enfermos. Investigaciones aseguran que los niños que comen en los comedores escolares tienen mejores hábitos de alimentación. Eso sí, no se puede olvidar que los niños comen de todo, es responsabilidad de los padres y que el comedor solo es una ayuda.

**Cantidad adecuada.** Los comedores escolares, a estar especializados en comida para niños, les dan exactamente la cantidad que deben tomar según su edad. Esto es algo sobre lo que en casa a veces no es tan fácil llevar a cabo por desconocimiento, poniendo cantidades a los niños similares a las que toman los adultos de la casa, lo que no es bueno: se debe comer según su edad y tamaño.

**Autonomía.** Los alumnos aprenderán a comer solos, a coger sus cubiertos, partirse los trozos y terminarse el plato, por lo que serán más autónomos.

**Socialización.** Mientras comen, los niños están compartiendo el tiempo con otros compañeros de clase, por lo que también se están socializando. Además, el que haya unos y otros acabándose el plato, animara a tu pequeño a terminar con el suyo también. Entre ellos se contagian las “ganas de comer.”

**Rutina y horario.** En el colegio, siempre se come exactamente a la misma hora, y con un horario muy establecido, con los tiempos especificados para comer. En casa a veces esto es más improvisado y sobre todo durante los fines de semana, nos “saltamos” más las normas.

**Respetar las reglas.** Nuestro comedor tiene sus reglas y normas de comportamiento adaptadas a las edades de los alumnos que asisten a él. Son sencillas pero muy educativas como: no levantarse de la silla cuando se está comiendo, respetar el turno para ser servido, no protestar cuando nos ponen lo que no nos gusta...

**Uso del inglés coloquial.** Entre los cuidadores del comedor se encuentran varios docentes del centro con un elevado nivel de inglés que irán enseñando a vuestros hijos a utilizar expresiones en inglés de uso cotidiano durante las comidas.

Algunos de los **motivos que dan las madres y padres** para dejar a sus hijos en nuestro comedor son:

- \_ Porque no comen bien, no les gusta probar alimentos nuevos, tardan mucho en comer...
- \_ Para que se relacione más con sus compañeros y otros niños de su edad.
- \_ Porque tienen poco tiempo para cocinar una comida adaptada a las necesidades de sus hijos.
- \_ Para introducir rutinas y horarios adecuados.
- \_ Por ser una ayuda en determinados momentos de urgencia como una medida provisional o tiene alguna clase extraescolar en el colegio por las tardes.