

De la granja a los centros de cuidado infantil y educación temprana

¿QUÉ ES «DE LA GRANJA A LOS CENTROS DE CUIDADO INFANTIL Y EDUCACIÓN TEMPRANA»?

Esta frase (en inglés «Farm to Early Care and Education» o simplemente «Farm to ECE») se refiere a un movimiento que promueve el consumo de alimentos locales, la jardinería y la enseñanza de temas relacionados a la comida, la nutrición y la agricultura en los entornos de cuidado y educación de niños pequeños.

BENEFICIOS DE ESTE MODELO

- ✓ Fomenta la alimentación saludable en niños.
- ✓ Amplía sus conocimientos de la estacionalidad y los orígenes de los alimentos, la jardinería y la agricultura.
- ✓ Apoya a los granjeros y productores locales.
- ✓ Aumenta la cantidad de comida saludable servida en los sitios de cuidado infantil participantes.

CÓMO INCLUIR «DE LA GRANJA A LOS CENTROS DE CUIDADO INFANTIL Y EDUCACIÓN TEMPRANA» EN SU GUARDERÍA

Hay muchas maneras de incorporar estas prácticas en su guardería. A continuación, algunas ideas para ayudarle a empezar:

COMPRAR ALIMENTOS LOCALES O REGIONALES

Aunque tal vez no sea factible comprar comida de productores locales o regionales todo el tiempo, introducir algunos alimentos locales en su guardería es una buena manera de implementar los principios de este movimiento.

- ✓ **Probar alimentos locales:** Si el área donde vive es conocida por su cultivo de un producto agrícola en particular, incorpórelo en una actividad o lección divertida seguida por una degustación.
- ✓ **Visitar una granja:** Para una lección entretenida sobre la agricultura, lleve a los niños de excursión a una granja local donde se permita que los visitantes recojan frutas para llevar. Luego, preparen una merienda usando lo que cosecharon.
- ✓ **Celebrar:** Las manzanas se cultivan localmente en los estados de Michigan e Illinois. Disfruten el sabor crujiente de una manzana local y participen en la diversión de la celebración anual *Great Lakes Apple Crunch* en octubre. Consulte la información de inscripción de su estado.
- ✓ **Comprar en mercados de agricultores:** Visite un mercado de agricultores local o consulte los anuncios publicados en los supermercados para descubrir dónde obtener alimentos producidos en ciudades y regiones cercanas.

CULTIVAR UN JARDÍN

- ✓ **Comenzar con pasos pequeños:** Un jardín de hierbas es una excelente manera de empezar a hacer jardinería. Las hierbas son fáciles de cuidar, se pueden cultivar adentro y es fácil agregarlas a las comidas y meriendas servidas en los hogares y centros de cuidado de niños.
- ✓ **Cultivar plantas en contenedores:** Si no dispone de suficiente espacio para tener un jardín en el suelo, considere cultivar plantas en contenedores. Ciertas variedades de verduras, hierbas y frutas pueden crecer muy bien en ellos. Acuda a su vivero local o a la oficina de su extensión universitaria local para recibir mayor información.
- ✓ **Visitar un jardín:** Si no puede tener un jardín propio, pregunte a sus vecinos que tienen jardines si alguno de ellos estaría dispuesto a invitar a los niños a visitar el suyo. También hay varios jardines comunitarios y educativos que están abiertos a visitas de los miembros de la comunidad.



EDUCACIÓN SOBRE LA COMIDA, LA NUTRICIÓN Y LA AGRICULTURA

- ✓ Leer libros sobre la cocina, la nutrición, la agricultura o la jardinería a la hora de cuentos.
- ✓ Llevar a los niños de excursión a un mercado de agricultores para un juego de búsqueda.
- ✓ Jugar a emparejar imágenes de frutas y verduras con sus nombres.
- ✓ Dar una lección sobre una diferente fruta o verdura cada mes y hacer que los niños la prueben.
- ✓ Pedir que los niños le ayuden con actividades sencillas de cocina.

RECURSOS CON RELACIÓN AL MOVIMIENTO

«DE LA GRANJA A LOS CENTROS DE CUIDADO INFANTIL Y EDUCACIÓN TEMPRANA»

Si desea más maneras de participar o si tiene preguntas, consulte los siguientes recursos. [N. del T.: contenido de los enlaces en inglés.]

PARA ILLINOIS

Illinois Farm to School [De la granja a la escuela en Illinois]:

www.illinoisfarmtoschool.org

- Conjunto de herramientas *Farm to ECE toolkit*
- Programa de *Harvest of the Month*

Extensión universitaria de University of Illinois:

www.extension.illinois.edu



PARA MICHIGAN

Michigan State University Center for Regional Food Systems Farm to ECE [«Farm to ECE» del Centro de sistemas alimentarios regionales de Michigan State University]:

www.canr.msu.edu/michigan-farm-to-ece

- Herramientas de compra *Local Food for Little Eaters: A Purchasing Toolbox for the Child and Adult Care Food Program*

Extensión universitaria de Michigan State University:

www.canr.msu.edu/outreach

¿LO SABÍA?

Octubre es el Mes Nacional de la Granja a la Escuela.

RECURSOS NACIONALES

- **Evento «Great Lakes Apple Crunch»:** www.cias.wisc.edu/applecrunch/
- **Programa de educación nutricional «Small Bites Adventure Club»:** www.smallbites.club/
- **National Farm to School Network - Farm to ECE [«Farm to ECE» de la Red nacional de la granja a la escuela]:** www.farmtoschool.org/our-work/early-care-and-education
- **Recursos educativos de «Grow It, Try It, Like It! Fun with Fruits and Vegetables»**
 - **Para hogares que ofrecen servicios de cuidado de niños:** www.fns.usda.gov/tn/grow-it-homes
 - **Para centros de cuidado de niños:** www.fns.usda.gov/tn/grow-it

Fuentes: <https://fns-prod.azureedge.net/sites/default/files/f2s/FarmtoPreschool.pdf>, <http://illinoisfarmtoschool.org/getting-started/>, <https://www.canr.msu.edu/michigan-farm-to-ece/index>

De conformidad con la «Ley Federal de Derechos Civiles» y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de EE. UU. (U.S. Department of Agriculture, USDA por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizada o financiada por el USDA. Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos de comunicación para entender información sobre el programa (sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, Lenguaje de Señas Americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia estatal o local en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Servicio Federal de Retransmisión (Federal Relay Service o FRS) al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en idiomas distintos al inglés. Para presentar una denuncia de discriminación, complete el «Formulario de Denuncia de Discriminación en un Programa del USDA», (AD-3027) que está disponible en línea en: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya toda la información solicitada en el formulario. **Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992.** Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por: (1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov. Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. (11/2015)