

## Es tiempo de granja

Las granjas son mas que cultivos, animales, campos o tractores. Las granjas sirven como la fuente principal de alimentos para todos. Las granjas proveen varios tipos de alimentos, y típicamente, hay algo disponible para el gusto y el deleite de cada persona. La presentación de granjas a los niños pequeños y a la educación en nutrición en edades tempranas es extremadamente benéfico. Visitar las granjas permite a los niños ver de primera mano cómo son plantados, fertilizados, mantenidos y cosechados las frutas y los vegetales. Los niños pueden aprender acerca de los diferentes tipos de granjas y los alimentos que ellas suministran. Visitar las granjas también permite que los niños entiendan la conexión entre la educación de nutrición y la agricultura.

La colaboración entre granjeros y centros de cuidado de niños están desarrollándose rápidamente a través del país para ayudar a los niños pequeños a establecer hábitos de alimentación saludables. Los programas "Granja a estancia infantil", también llamados por algunos como "Granja a Prescolar", promueven la educación de nutrición para los niños y sus familias, el involucramiento con la comunidad y la compra de alimentos de la localidad. Los programas "Granja a estancia infantil" involucran una variedad de miembros del equipo, incluyendo personal de prescolar, granjeros, familias, niños, maestros, miembros de la comunidad, y empleados del servicio de alimentos. Cada grupo juega un papel importante en la implementación del programa y haciendo que sea un éxito para todos.



### Participando en Granja a estancia infantil

Actualmente no hay un programa nacional "Granja a estancia infantil", pero hay varios modelos de programas piloto y en marcha a través del país. El Urban and Environmental Policy Institute (UEPI) del Occidental College tiene una variedad de recursos disponibles para implementar unas instalaciones para el cuidado de niños. Su sitio web, [www.farmtopreschool.org](http://www.farmtopreschool.org), tiene un programa de estudio de educación sobre nutrición, información de jardinería prescolar, compra de alimentos locales, y otros tantos fabulosos recursos. El sitio web también brinda una lista muy detallada de programas "Granja a estancia infantil" pilotos locales y en marcha. Consulte su sitio web para mayor información.

## Los componentes de la Granja a estancia infantil

De acuerdo a UEPI, "Granja a estancia infantil" puede consistir de una variedad de diferentes componentes. Cada componente introduce una diferente tarea para tener un efecto permanente en la salud y el bienestar de los niños pequeños. Estos componentes incluyen:

- Brindar alimentos cultivados en la localidad en las instalaciones para cuidado de niños para comidas y snacks.
- Incrementar la disponibilidad de alimentos cultivados en la localidad para proveedores, familias y la comunidad.
- Usando programas de estudio basados en nutrición con prueba de sabores y preparación de alimentos.
- Jardinería.
- Realizar viajes de campo a granjas y ser anfitriones de oradores invitados al salón de clase.
- Visitar jardines comunitarios, mercados de granjeros de la localidad.
- Siendo anfitriones de talleres para padres.
- Establecer e implementar una política de bienestar, incluyendo los principios y objetivos de Granja a preschool.
- Impactar e influenciar políticas.

Mientras que cada uno de estos componentes contribuyen a un programa exitoso de "Granja a estancia infantil", no todos los componentes se requieren para que un programa sea operacional. Por ejemplo, un programa "Granja a estancia infantil" puede operar exitosamente sólo con tres o cuatro componentes.



## Pasos para iniciar un programa "Granja a estancia infantil"

Farm Aid diseñó un kit de herramientas de Granja a Escuela que se enfoca en transformar cafeterías de escuelas con la granja familiar. Tienen siete pasos rápidos para iniciar un programa de "Granja a escuela" que puede ser transferido fácilmente a "Granja a estancia infantil".

1. **Haga su tarea** – Investigue otros programas "Granja a estancia infantil" exitosos. Programe sesiones de entrevista para obtener los pasos para el éxito. También, consulte las granjas de su localidad para saber qué hay disponible.
2. **Inicie una conversación** – Pida a la gente que le ayuda a comenzar un programa, incluyendo granjeros, padres, maestros, miembros de la comunidad, empleados del servicio de alimentos y otras personas interesadas.
3. **Organice la primer reunión** – Establezca un horario para la primer reunión y promócielo con los niños, padres, comunidad y granjeros locales.
4. **Tome un inventario** – Examine cuántos alimentos se necesitan de un granjero local. Examine cuánta comida puede suministrar el granjero. Cree un presupuesto que satisfaga las necesidades de presupuesto de las instalaciones.
5. **Piense en grande** – Cuando planee, examine el panorama general. Planee cómo beneficiará la colaboración a los niños pequeños. Incluya los pasos y procedimientos para mejorar la educación sobre nutrición.
6. **Cree un cronograma** – Diseñe un cronograma que satisfaga las necesidades de los niños, el personal del centro, y otros contribuyentes importantes del programa "Granja a estancia infantil".
7. **Mire hacia el futuro** – Ahora que tiene un plan básico, comience a hacer conexiones, alianzas y a implementar el programa. No tenga miedo de pedir ayuda; la gente generalmente quiere ayudar, pero a menudo no sabe cómo.

Recuerde, no hay un programa estandarizado "Granja a estancia infantil" pero hay muchos programas modelo exitosos. Personalice estos pasos para adaptarse a sus necesidades.



Julio de 2012, continuación

## Cinco estrategias para el éxito

Si usted no puede establecer un programa Granja a estancia infantil, pero aun así desea incorporar las ideas de crear una granja en el salón de clase, hay varias estrategias para ser exitoso.

**Estrategia #1** Plante un jardín. Los jardines pueden ser plantados en una variedad de formas. Hay jardines elevados, en cubetas, plantas en tazas, jardines solares y otros varios tipos. Escoja el que mejor se acomode a sus instalaciones.

**Estrategia #2** Sea anfitrión de una reunión mensual de la comunidad para platicar diferentes estrategias para desarrollar un jardín comunitario.

**Estrategia #3** Invite a un granjero y a un dietista registrado (RD) organice un taller para padres. El granjero y el dietista pueden colaborar para platicar de dónde proceden los alimentos y porqué es importante comer una variedad de alimentos sanos.

**Estrategia #4** Visite una tienda de abarrotes o una guardería de su localidad para platicar acerca de diferentes frutas y vegetales.

**Estrategia #5** Escoja un programa de estudio para educar sobre nutrición tal como (*Más que bolas de lodo*) para usarlo en su salón de clase diariamente. Seleccione un tiempo específico en el día para enfocarse en la educación sobre nutrición.



Julio de 2012, continuación



## Recursos para administrar un programa

### Modelos "Granja a Prescolar"

- Granja a prescolar tiene una lista de programas piloto y en marcha. Algunos programas incluyen *Observa cómo crezco* en la Duke University y el centro de aprendizaje Hand in Hand Learning Center en Colusa, California.

Sitio web: <http://www.farmpreschool.org/programmodels.html>

### Programas de estudio

- NFSMI: *Más que bolas de lodo* es un programa de estudio basado en nutrición que ofrece una variedad de actividades basadas en la estación del año.

Website: <http://nfsmi.org/ResourceOverview.aspx?ID=247>

- NFSMI: *CARE Connection* es un programa de estudio basado en nutrición que ofrece una variedad de actividades en el salón de clase para niños pequeños. Algunas actividades físicas incluyen actividad física, preparación de alimentos y música.

Sitio web: <http://nfsmi-web01.nfsmi.olemiss.edu/ResourceOverview.aspx?ID=199>

- Wisconsin Department of Health Services: *¿Quieres vegetales?* es un programa de estudio de educación sobre nutrición basado en jardín diseñado para enseñar a los niños acerca de las frutas y vegetales y lograr que coman más de estos.

Sitio web: [http://www.dhs.wisconsin.gov/health/physicalactivity/pdf\\_files/Got%20Veggies/GotVeggiesweb12mb.pdf](http://www.dhs.wisconsin.gov/health/physicalactivity/pdf_files/Got%20Veggies/GotVeggiesweb12mb.pdf)

- USDA: *Cultívalos, pruébalos, toma el gusto, Diversión preescolar con frutas y vegetales* es un kit diseñado para ayudar a los niños acerca de la jardinería y de las frutas y vegetales.

Sitio web: <http://www.fns.usda.gov/tn/Resources/growit.html>



Julio de 2012, continuación

## Información de granjas y jardinería

- National Farm to School Network ofrece información acerca de granjeros de la localidad. También tienen un sitio de comité de subgrupo que está diseñado para "Granja a Prescolar".  
Sitio web: <http://www.farmtoschool.org/resources.php>  
Sitio web: <http://www.farmtopreschool.org/>
- La *Iniciativa de jardín popular* de la USDA es un sitio para jardinería comunitaria establecido para expandir la disponibilidad de recursos para jardines.  
Sitio web: [http://www.usda.gov/wps/portal/usda/usdahome?navid=PEOPLES\\_GARDEN](http://www.usda.gov/wps/portal/usda/usdahome?navid=PEOPLES_GARDEN)
- LocalHarvest es un sitio web diseñado para ayudar a ubicar mercados de granjeros, granjas familiares y otros muchos recursos.  
Sitio web: <http://www.localharvest.org/>
- Farmersmarket.com es un fabuloso recurso y da ubicaciones para comprar alimentos que se cultivan localmente.  
Sitio web: <http://farmersmarket.com/>

\*\*\* Exención de responsabilidad: Siempre póngase en contacto con su agencia estatal en lo concerniente a recibir alimentos directamente de una granja o cultivarlos para usarlos en el CACFP.

## Fuentes

Farm Aid. (2010). *Kit de herramientas 101 de Farm Aid para "Granja a escuela": Transformando cafeterías con la granja familiar*. Obtenido de [http://www.farmaid.org/atf/cf/%7B6ef41923-f003-4e0f-a4a6-ae0031db12fb%7D/FARM\\_TO\\_SCHOOL\\_101-FARM\\_AID\\_TOOLKIT.PDF](http://www.farmaid.org/atf/cf/%7B6ef41923-f003-4e0f-a4a6-ae0031db12fb%7D/FARM_TO_SCHOOL_101-FARM_AID_TOOLKIT.PDF)

Jackson, E. (n.d.). *Seminario de impacto de familia NC: Granja a Prescolar*. Obtenido de <http://www.childandfamilypolicy.duke.edu/events/FIS/Jackson2011.pdf>

Urban & Environmental Policy Institute Occidental College. (2012). *Granja a Prescolar*. Obtenido de <http://www.farmtopreschool.org/home.html>

William, S. (n.d.) *Granja a Prescolar: Programa de estudio* Obtenido de [http://www.agri.ohio.gov/public\\_docs/FarmToSchool/Farm%20to%20Preschool%20Curriculums.pdf](http://www.agri.ohio.gov/public_docs/FarmToSchool/Farm%20to%20Preschool%20Curriculums.pdf)



# Nutrition Highlights

## **Mensaje nacional - Calendario 2010 de mensajes para comunicación de las directrices dietéticas de la USDA**

El tema desde mayo hasta agosto es Alimentos a reducir. Durante este periodo, el mensaje clave seleccionado es "toma agua en vez de bebidas azucaradas". Recuerde el tema y el mensaje seleccionado cuando planea las actividades de cada día. Para obtener más información, siga el enlace en <http://www.cnpp.usda.gov/Publications/MyPlate/CommunicationsMessageCalendar.pdf>

## **Asociación Nacional para Estancia infantil familiar**

La Asociación nacional para Estancia infantil familiar será anfitrión de su 22 conferencia anual del 26 al 28 de julio de 2012 en Atlanta, GA. El tema de este año es "La magia de la estancia infantil familiar". Los oradores principales son Enrique Feldman y Jason Kotecki. NAFCC tendrá una variedad de capacitaciones y talleres, oportunidades para conectarse, y habrá un evento que no querrá perderse. NFSMI realizará una sesión el día Sábado 28 de julio de las 3:30 pm a las 5:00 pm. También puede encontrarnos en la sala de exhibición distribuyendo recursos gratuitos. Regístrese hoy en [http://nafcc.org/index.php?option=com\\_content&view=article&id=636&Itemid=491](http://nafcc.org/index.php?option=com_content&view=article&id=636&Itemid=491)

## **Capacitaciones de NFSMI**

NFSMI tiene una variedad de cursos en línea disponibles para cuidado de niños. Todos los cursos en línea son gratuitos y se acceden en cualquier momento. Revise nuestros cursos en línea siguiendo el enlace: <http://www.nfsmi.org/Templates/TemplateDefault.aspx?qs=cEIEPTIzNg==>



Julio de 2012, continuación