



# TOTHOM A TAULA!

## Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

Selecció de llibres per impulsar la lectura, el debat i l'educació per a una alimentació sostenible, justa i saludable a l'educació infantil i primària

### Mòdul 1

Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

Tots els éssers vius d'aquest món necessiten nodrir-se per créixer bons i sans. Com que el món és ample i variat, per terra, mar i aire hi ha éssers petits, mitjans, grans o... fantàstics! Però siguin de la mena que siguin i visquin on visquin, els éssers vius s'han d'alimentar com cal.

### Mòdul 2

Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

Cadascú s'alimenta del que pot, perquè d'aliments n'hi ha de moltes, moltes menes: n'hi ha de dolços, de salats, de rodons, d'allargassats, de grossos, de petits... i d'insospitats! De tots els nutrients que hi ha al món, a les persones ens n'agraden i convenen només uns quants.

### Mòdul 3

Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

Hi ha alguns personatges de ficció i molts animals que s'ho mengen tot cru i sense amanir, però les persones hem après a manipular, conservar, barrejar i cuinar els aliments de moltes maneres, i fins i tot alguns que són crus, com la fruita, també els trobem... superbons!

### Mòdul 4

Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

Les coses que mengem i cuinem provenen del mar, dels boscos, camps i hortes, dels rius, de les granges... Però com que hauríem de caminar molt per trobar tot això i dur-ho a casa, ho anem a comprar a la botiga i al mercat, on hi ha de tot i força. O al restaurant, que ja ens ho donen preparat!

### Mòdul 5

Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

Des del principi dels temps a les persones ens convé menjar cada dia. Ara ho fem més d'un cop! Ara bé: no és el mateix un esmorzar que un banquet de celebració, ni mengem el mateix avui que fa més de mil anys! I ves a saber què i cada quant menjarem en un futur...

### Mòdul 6

Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

L'alimentació és un dret de totes les persones. De persones o personatges n'hi ha de llepafils i de fartaners, de capriciosos i de gurmets, de solitaris que no volen companyia i d'aquells que conviden a tothom. I, sobretot, d'aquells que saben per experiència que «qui menja sopes, se les pensa totes». Bon profit!

### Mòdul 7

Qui menja què, com, on, quan, quant i per què... però, EP!

A la gran taula del món tots, tots, tots hi estem convidats. Però no trobeu trist i injust que hi hagi molta, massa gent que no pot menjar ni molt ni poc?... Això és perquè no aconseguim reciclar, gestionar i compartir equitativament tots els aliments que hi ha al món. Això ho hauríem d'aprendre a fer... i de pressa!

[www.rosasensat.org](http://www.rosasensat.org)

