



Cuaderno
Viajero



C.C.E.E. 'PADRE APOLINAR

2007

PROYECTO DE CONSUMO:
"La hucha solidaria"

Título del Cuaderno Viajero:
¿Gastamos para comer?

JUSTIFICACION CUADERNO VIAJERO

Es la primera vez que ponemos en marcha el libro viajero por lo que hemos considerado oportuno delimitar unas pautas de trabajo para facilitar la colaboración de las familias.

Por otro lado, señalar que el cuaderno tan solo se envió a 5 familias ya que el grupo-aula está formado por 5 niños/a.

Consideramos que la aceptación por parte de las familias ha sido positiva, pudiéndose mejorar en futuras convocatorias.

PROYECTO DE CONSUMO:
"La hucha solidaria"

Título del Cuaderno

Estimada familia:

Nos ponemos en contacto con ustedes para informales que un año mas estamos desarrollando en el Centro un Proyecto de Educación al Consumidor. En esta ocasión y bajo el título "La lucha solidaria" pretendemos trabajar con nuestros alumnos hábitos y estrategias de consumo responsable y solidario.

Nos gustaria poder contar con su colaboración a través de un Cuaderno Viajero que comenzará en breve a circular por sus hogares.

La finalidad de este Cuaderno es reflexionar sobre la necesidad "real" de los productos que adquirimos en la compra diaria. Para poder realizar un análisis real y objetivo os pedimos que durante una semana guardéis todos los tickets de compra (de alimentación) y nos los hagáis llegar a través de sus hijos.

Una vez recogida esta información realizaremos un análisis de la comida que compramos como base de nuestra alimentación diaria y os la haremos llegar para que podamos compartir impresiones.

Les agradecemos su colaboración

Un saludo

SPAGUETTI GALLO CARBONARA 400G 2.25
NO Cliente 2161137

TOTAL EUR 2.95

Metálico Eur. 20.00
CAMBIO: 17.05

[REDACTED] 1.75
CARNICERIA 10.58
TOMATE MADURO 1.22
CHARCUTER 4.13
LECHE BRIK SEMIDESNATADA LITRO 0.47
LECHE BRIK SEMIDESNATADA LITRO 0.47
LECHE BRIK SEMIDESNATADA LITRO 0.47
LECHE BRIK SEMIDESNATADA LITRO 0.47
LECHE BRIK SEMIDESNATADA LITRO 0.47

NO Cliente 1010468
PROMOCION
PATAT. AI TEZA FRITAS BOLSA KILO -0.09

TOTAL EUR 19.94

CHARCUTER. 1.60
PATE LA PIARA ATUN ACEITE 82 G 1.08
SALCH. CAMPOFRIO FRANF. 160G 7 P 0.49
CACAHUETE SELEX CASCO TOST. 160G 0.63

TOTAL EUR 3.80

Metálico Eur 20.00
CAMBIO: 16.20

CHARCUTER. 1.62
TOTAL EUR 1.62

ACEITE CARBONELL OLIVA SVE.LT. 3.65
ACEITE CARBONELL OLIVA SVE.LT. 3.65
AGUA SOLARES MINERAL 0.5 L. 0.28

NO Cliente 1453753

TOTAL EUR 7.58

LECHE RAM DESNATADA BRIK L. 0.68
LECHE RAM DESNATADA BRIK L. 0.60

TOTAL EUR 1.38

NO Cliente 1003789
PESCADERIA 2.80
MENESTRA SELEX VERDURAS 860 GR 2.65
DETER SELEX 24 PASTILLAS 84DGR 2.99
LIMP.DON LIMPIO LIMON 1.5 LTS 2.35
FRESON 0.91
CAFE SELEX MOLIDO MEZCLA 250GR 1.09
CAFE SELEX MOLIDO MEZCLA 250GR 1.09
SUAV.FLOR AZUL 1250 ML 2.58

TOTAL EUR 16.47

TOMATE ORLANDO FRITO FROO:300G 0.55

TOTAL EUR 0.55

LECHE EL BUEN PASTOR INT.0.L. 4.68
6 X 0.76

TOTAL EUR 4.68

PAN DILUETA FRO.BIMBO NORM.300 1.55
CHARCUTER.

TOTAL EUR 2.50

PATE LA PIARA ATUN ACEITE 82 G 1.08
CAFE GIRONCARIO MOLIDO NAT.250 1.59
PASTA SELEX ESPTRALES C/VEG500 0.65

TOTAL EUR 3.32

[REDACTED] 1.03

TOTAL EUR 1.03

TOMATE GUTARRA COCINADO FC.660 1.85

TOTAL EUR 1.85

[REDACTED] 2.37

BOLLYCAD PANICO BALANCE P-4 2.12
DAN'UP DANONE FR/PL.P-3X175 GR 1.45
CHARCUTER. 2.02

[REDACTED] 0.45

[REDACTED] 0.45

TOTAL EUR 8.86

ARTICULO	EUROS
QUESO STARLUX CARNE 24 PAST.	3,15
VARIOS	1,40
ACEITE OLIVA VIRGEN COVIRAN	0,48
BIZCOCHOS FONTANEDA 450	2,45
MARGARINA FLORA 250 GRS.	1,05
VARIOS	1,25
CHARCUTERIA	17,54
GRANIZO HELIXTON 1/2	1,35
CACA PALADIN TAZA 350 GRS	2,30
VINO TINTO DON SIMON BRJA 1L	
2 UNID. A 0,90 EUROS =	1,80
SALSA TOMATE HELIOS 580 G.	1,29
ACEITE OLIVA VIRGEN COVIRAN 1L	3,19
ACEITE OLIVA VIRGEN COVIRAN 1L	1,30
VARIOS	1,25
QUESO EL CASERIO 16+15X	1,35
BERGADER 100GRS	1,05
GALLETAS CORAL BOER COCO 450GRS	1,17
FRUTERIA	0,66
LENTEJA PARDINA EL LEONES	1,20
VARIOS	1,10

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 46,31
 equivalencia en ptas.: 7705

ARTICULO	EUROS
CHARCUTERIA	1,80
CHARCUTERIA	2,09
ARROZ D/LECHE DANONE	0,99
VARIOS	1,70
FLAN DE QUESO LA ERMITA	
2 UNID. A 0,95 EUROS =	1,90
COCA COLA LIGHT 2L P-4	5,05
SIMON JOVER P-4 L.	
2 UNID. A 0,75 EUROS =	1,50
VINO TINTO DON SIMON BRJA 1L	1,05

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 18,08
 equivalencia en ptas.: 3008

ARTICULO	EUROS
FRUTERIA	2,25
PEQUEÑO	3,95
	1,91
	2,50
CHOCOLATE	10,26
DANET VAINILLA X4	1,85
DANONE PASTELIZADO NAT. LECHE	1,49
ARROZ D/LECHE DANONE	0,99
FLAN DE QUESO LA ERMITA	
2 UNID. A 0,95 EUROS =	1,90
BIZCOCHOS FONTANEDA 450	2,45
VARIOS	1,68
CALDO STARLUX CARNE 24 PAST.	2,99
	0,80
LENTEJA PARDINA EL LEONES	1,20
BIMBO SIN CORTEZA	2,90
ACEITE OLIVA SUAVE 0.4L	
2 UNID. A 4,97 EUROS =	9,94
ARROZ SOS KG	1,26
QUESO EL CASERIO 8 PORCIONES+2	0,82
VARIOS	4,05

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 55,25
 equivalencia en ptas.: 9193

ARTICULO	EUROS
FRUTERIA	3,81
SILUETA TOST. INTEGRAL	2,20
VARIOS	4,19
ARROZ CON LECHE PASADAY	0,77
DANET VAINILLA X4	1,85

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 12,82
 equivalencia en ptas.: 2136

Ud/Kg	Articulo	P.U.	TOTAL
1,210	QUESO STARLUX CARNE 24 PAST.	2,61	5,79
2,195	QUESO EL CASERIO 8 PORCIONES+2	1,91	4,29
6,250	FRUTERIA	0,35	2,13

TOTAL 12,20 €

CANT.	DESCRIPCION	PRECIO	IMPORTE
1	FRUTERIA	4,32	4,32
1	OXIGENO ACTIVO COVIR	2,00	2,00
1	VARIOS	2,30	2,30
	QUESO EL CASERIO 16+15X	1,09	1,09
1	DA GRIEGO AZUCARADO	2,11	2,11
Articulos: 5		Lineas: 5	
TOTAL		Eur	11,82

ARTICULO	EUROS
HUEVOS	1,20
FRUTERIA	2,34
FRUTERIA	2,28
VARIOS	2,00
QUESO EL CASERIO 16+15X	1,37
MERMELADA HELIOS FRESA 410GRS.	1,15
MERMELADA HELIOS FRESA 410GRS.	1,15
	0,95
SALSA TOMATE HELIOS 580 G.	
2 UNID. A 1,30 EUROS =	2,60
HARINA GALLO EXTRA 500	0,32
LENTEJA PARDINA EL LEONES	1,20
PAN RALLADO AJD/PERE. RIERA MAR	
2 UNID. A 0,57 EUROS =	1,14
CHARCUTERIA	1,87
QUESO PHILADELPHIA 200 GRS.	1,10

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 21,06
 equivalencia en ptas.: 3504

NARANJA MESA, GRANEL	0,75
AJOS BLANCOS, TALLA 3 CABEZAS	1,29

TOTAL EUR. (iva incl.) 2,04

YOGUR DANONE S. FR/MC/LTG. P-7x1	1.99
COMPRESA SECRETISSIMA U.A.S.A.M	1.35
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PROTEGEL ALUMINIO LINGERIE M44	1.29
HUEVO SELEX MORENO C-L DOZENA	2.25
PECHIZA PAVO ALTEZA 450 GR.	1.30
	2.39

TOTAL EUR 18.58

YOGUR DANONE S. FR/MC/LTG. P-7x1	1.99
COMPRESA SECRETISSIMA U.A.S.A.M	1.35
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PROTEGEL ALUMINIO LINGERIE M44	1.29
HUEVO SELEX MORENO C-L DOZENA	2.25
PECHIZA PAVO ALTEZA 450 GR.	1.30
	2.39

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 22.13
equivalencia en ptas.: 4082

YOGUR DANONE S. FR/MC/LTG. P-7x1	1.99
COMPRESA SECRETISSIMA U.A.S.A.M	1.35
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PANECILLOS SILEX TOSTADOS 2250	0.75
PROTEGEL ALUMINIO LINGERIE M44	1.29
HUEVO SELEX MORENO C-L DOZENA	2.25
PECHIZA PAVO ALTEZA 450 GR.	1.30
	2.39

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 12.85
equivalencia en ptas.: 2138

ARTICULO	EUROS
PATATA DENT 3 KG	2.15
VINO TINTO DON SIMON BRIC. TL.	2.10
2 UNID. A 1.05 EUROS =	
PAN RECONO INIT. 3/0.5/A.30 U	2.50
2 UNID. A 1.25 EUROS =	
ACEITE OLIVA SUAVE MIELA-OLIVA	9.18
2 UNID. A 4.59 EUROS =	
MIEL COVIRAN DOSIFICADOR ANTIO	2.00
JUDIA VERDE ANCHA COVIRAN	1.50
2 UNID. A 0.75 EUROS =	
GALLETA FLORA MARIA 400 GR.	1.05
FRUTERIA	3.13
VARIOS	0.60
MERMELADA HELIOS FREDA 410GR.	1.15
DANONE PETIT SUISSE NAT. AZUCAR	1.49
MARGARINA FLORA 500 GR.	2.10
CHARCUTERIA	3.87
QUESO EL CASERIO B PORCIONES+2	0.82
PEMILINTOS NIMO CONJUNE.330 GR	1.55
PIMIENT. PIQUILLO ENT. COVIRAN	1.26

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 36.81
equivalencia en ptas.: 6125

ARTICULO	EUROS
CHARCUTERIA	1.14
SALSA TOMATE HELIOS 580 G.	1.29
MAYONESA LIGERESA 225 GR	0.85
VARIOS	0.99
YOGUR DANONE VITAL. CREM. NATURA	1.27
YOGUR DANONE VITAL. CREM. NATURA	0.88
YOGUR DANONE VITAL. CREM. NATURA	0.57
PIMENTON DULCE LA ESAPECIIRA	1.10

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 8.09
equivalencia en ptas.: 1345

ARTICULO	EUROS
FRUTERIA	1.17
VARIOS	2.1
CHARCUTERIA	1.00
LECHE RAM ENTERA BRIC	7.82
4 UNID. A 0.67 EUROS =	2.68

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 14.77
equivalencia en ptas.: 2499

ARTICULO	EUROS
AMB AIR WICK AP+REC XPRESI	3.15
CHARCUTERIA	0.90
FRUTERIA	2.11
VARIOS	0.68
DANONE PETIT SUISSE BEB. FRESA	2.25
2 UNID. A 0.43 EUROS =	2.89
LECHE SEMI BUEN PASTOR	0.86
2 UNID. A 0.79 EUROS =	1.58
DANONE PETIT SUISSE FRESA-PLAT	1.49
LENTEJA PARDINA EL LEONES	1.20
YOGUR DANONE VITAL. CREM. NATURA	1.88
AZUCAR BLANQUILLA 1K	1.00
SILUETA INTEGRAL PEU.	1.67
MARGARINA LIGERESA 250 GR.	1.15
VARIOS	1.85
FRUTERIA	0.50
LECHE BUEN PASTOR ENTERA BRIC	1.58
2 UNID. A 0.79 EUROS =	0.23
AGUA COVIRAN 1.5L	0.51
GARBANZO COC. COVIRAN 400	0.80
ZANAHORIA RALLADA COVIRAN	1.28
ARROZ 505 KG.	1.55
PAPEL ALUMINO 30M COVIRAN	

TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 30.90
equivalencia en ptas.: 5141

VARIEDAD PATATA, NORMAL 1.08
TOTAL EUR. (iva incl.) 1.08

DESCRIPCION	CANT.	PRECIO	IMPORTE
LOMO ENROL. ARGAL 100	2	2,39	4,78
LONCHAS SACON, TIBERIC	1	1,95	1,95
JAMON COCCIDA JUNATO	2	1,79	3,58
JAMON COCCIDO EGRESI	2	1,07	2,14
LONCHAS JAMON INEXIC	2	5,95	11,90
ENSALADA CUAJRO EST	2	1,40	2,80
[REDACTED]		1,35	2,70
LISTERINE MENTAL 500	1	3,99	3,99
LA GULA FRESCA A GAN	2	2,69	5,38
PAN FRESCO	3	0,63	1,89
FRUTERIA	1	15,02	15,02
TOTAL EUROS :			56,95

VARIEDAD PATATA 1.12
 BOTT. FACITRON 1.12
TOTAL EUR. (iva incl.) 2.31

PATATA BOLSA 5 KG.	4,99
LECHE FRIAS SERTI *Oferta*	1,00
7 x 0,50	
MOLISE CARARO LANGOISE, GRANE	0,94
[REDACTED]	2,14
[REDACTED]	1,00
LA LEONERA GALI 1 L. *Oferta*	1,10
TOTAL EUR. (iva incl.) 11,36	

ARTICULO	EUROS
VARIOS	4,05
[REDACTED]	1,30
ARROL. SOS NG.	1,25
FRUTERIA	2,35
FRUTERIA	2,15
TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 11,10	
equiv. cla-en r'as.:	1847

ARTICULO	EUROS
ALU. PINTA EL LEONES	1,85
PIMENTON DULCE LA ESAPECIERA	1,10
SILUETA TOET INTEGRAL	
2 UNID. A 2,20 EUROS =	4,40
[REDACTED]	1,37
PAN 1° MO NORMAL 30 U	1,25
ARROL. SOS K.	1,25
VARIOS	2,00
CHARCUTERIA	5,04
FRUTERIA	4,21
TOTAL (IVA INC.) EN EUROS: 22,53	
equivalenci en ptas.:	3749

Art	kg	C/kg	€	
1	JAMON SERRANO HAVILU	0,210	27,50	5,78
2	LOMO RESERVA BARRA	0,195	22,00	4,29
3	HAVARTI EMBORG	0,250	8,50	2,13
TOTAL (3)				12,20

ARR. SA COCCINIZ MAYOS DOCENA	0,18
BIMBO 3° MO GRANDE 610 G	1,19
CEREAL MIXTO WAGBITA, 375 G	1,19
PEPINO	1,98
LEONERA PAST	0,79
[REDACTED]	0,98
QUESO LA VIGORIANA, 8 LONCHAS	0,77
AZUCAR ACOR BLANCO, 800 G	0,91
LECHE CRAS ENTERA, BT. 1,5 L.	
4 x 1,23	4,92
FRASCAL FUNCIONA TROPIC, 333ML	1,16
AGUA FUENTE PRIMAVERA, 33 CL	0,13
NETQUI, BOTE 400 G	1,97
PAPIL HIGIENIDO L.P. 12 ROLLOS	1,78
GALLINA CHIQUEL IN USIT-CHO, 4X	1,05
CAFE L.P. MOLIDO MEZC, 250 G	0,95
GELATINA ROYAL SABOR FRU. 1 U	0,90
KARU LINEA DESN C/FRISA, 4 UN	1,35
KARU LINEA DESN C/FRISA, 4 UN	1,35
DANONE PS CORNI *Oferta*	1,29
DANONE PS SABOR F *Oferta*	1,29
UN COCCIDO L.P. 200 G	1,33
CEFEZA PRIMERA	3,09
VINAIGRE L.P. BT. 1 L	0,51
AGUA FUENTE PRIMAVERA, 33 CL	0,13
POWFADE ICE STORN, PET 50 CL	1,10
ALBATICQUE PRIMERA	1,95
GOLDEN PRIMERA	1,72
PLATANO EXTRA	1,15
TOMATE PRIMERA	1,33
LIMON, MALLA 500 G	0,65
FRESON EXTRA	1,21
LECHE CRAS DESNATADA, BT. 1,5 L.	
2 x 1,23	2,46
KETCHUP CLASSIC PRIMA, BOTE 550G	1,61
CHAMPIDON L.P. ENTERO, 365 G	0,91
BATIDO PULVERA CACAO, BT. 1 L	1,17
BATIDO PULVERA CACAO, BT. 1 L	1,17
TOTAL EUR. (iva incl.) 49,11	

DESCRIPCION	Cantidad	Importe
PACK CALCETIN	1 C	3.90
REFERENCIAS	3 C	1.80
Precio Unitario 0.60		
PLAYEROS BERE	1 C	6.00
LECHE BAMB EN	1 A	1.04
YOGHURT ESPE	1 B	3.03
CULAJADA	2 B	2.08
Precio Unitario 1.04		
PETTIT SABON	1 A	1.15
LECHE ENTERA	2 A	1.56
Precio Unitario 0.78		
ACTINEL FRESA	1 B	3.03
ACTIFF	2 B	4.68
Precio Unitario 2.34		
YOGUR NATURAL	1 B	1.70
FRESON	2 A	1.98
Precio Unitario 0.99		
Tissue Bandeja 2608644001551		
PLAVANO	1 A	1.55
Tissue Bandeja 2660483004964		
POLLO PECHUGA	1 B	4.96
Tissue Bandeja 2613413004404		
HALIBUT	1 B	4.40
J. COCIDO FINA	1 B	1.47
Tissue Bandeja 2629101002333		
MANZANA	1 A	2.33
NARANJA ZUMO	1 A	3.70
CALDO 24 PAST	1 B	2.29
COISSANTS	1 B	1.55
PAN FAMILIAR	1 B	1.96
ENSALADA UNID	1 A	0.95
CEBOLLAS	1 A	1.65
LIMONES	1 A	1.30
PATATAS	1 A	4.95
Tissue Balanza 2502419891159		
CON PALET. CER ALSIRE	0.240	11.98
Precio Unitario 49.90		
CENTRO JAMON HIPERCO	0.230	3.80
Precio Unitario 16.52		

TOTAL COMPRA 80.78

Art. 19 Euro/kg Euro
 1 FELICITAS PAVO 9.300 0.20 2.70
 2 " " " " 0.20 0.20
TOTAL (2) 2.90
TOTAL PIVA 40€

00001	PALET. MILDEN	1 C	4.70
00002	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00003	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00004	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00005	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00006	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00007	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00008	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00009	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00010	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00011	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00012	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00013	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00014	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00015	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00016	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00017	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00018	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00019	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00020	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00021	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00022	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00023	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00024	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00025	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00026	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00027	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00028	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00029	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00030	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00031	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00032	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00033	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00034	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00035	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00036	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00037	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00038	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00039	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00040	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00041	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00042	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00043	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00044	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00045	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00046	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00047	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00048	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00049	PALET. MILDEN	1 C	3.70
00050	PALET. MILDEN	1 C	3.70

Estimada familia:

Gracias a su colaboración hemos conseguido recaudar 40 Ticket de compra de alimentación con más de 300 productos.

Analizados los productos hemos concluido que al menos el 10% son no saludables dentro de una dieta equilibrada y que su coste económico es elevado en función del precio de otros tales como frutas, verduras, pasta...

Nos gustaría que participasen en la encuesta que se adjunta en el Cuaderno Viajero y que nos contasen sus hábitos y costumbres a la hora de realizar la compra tal y como les indicamos a continuación.

Además pueden participar en este Cuaderno realizando dibujos, contando historias personales...o todo aquello aportar tanto ustedes como sus hijos y demás familiares

Un saludo y gracias por participar

Encuesta:

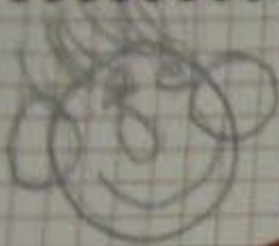
1. Con que frecuencia compran alimentos?
a) Diaria b) 2 o 3 veces semana c) Semanal d) Quincenal
2. Realiza antes de comprar una lista con los productos que necesita?
a) Si b) No c) A veces
3. En cada cesta de la compra incluye alimentos no saludables?
a) Si b) No c) A veces

Hemos calculado el importe económico mensual que conlleva comprar alimentos no saludables. Nuestro análisis demuestra que al menos un 10% de nuestra cesta de la compra son productos que no son sanos ni para nuestro cuerpo ni para nuestro bolsillo,...

¿TU QUE OPINAS?

No quiero comprar chuches, en caja comens de todo.

COMER TETIS Y ALIM



COMER MAL



Encuesta:

1. Con que frecuencia compran alimentos?
a) Diaria b) 2 o 3 veces semana c) Semanal d) Quincenal
2. Realiza antes de comprar una lista con los productos que necesita?
a) Si b) No c) A veces
3. En cada cesta de la compra incluye alimentos no saludables?
a) Si b) No c) A veces

Hemos calculado el importe económico mensual que conlleva comprar alimentos no saludables. Nuestro análisis demuestra que al menos un 10% de nuestra cesta de la compra son productos que no son sanos ni para nuestro cuerpo ni para nuestro bolsillo,...

¿TU QUE OPINAS?

Encuesta:

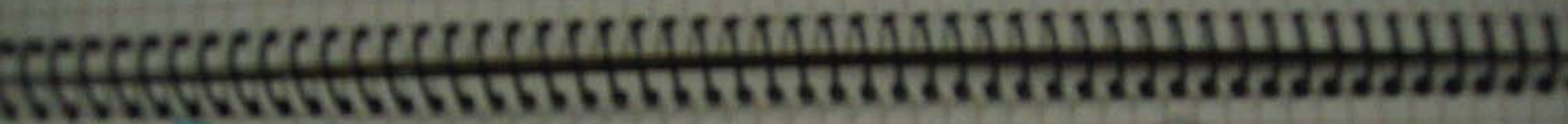
1. Con que frecuencia compran alimentos?
a) Diaria b) 2 o 3 veces semana c) Semanal d) Quincenal
2. Realiza antes de comprar una lista con los productos que necesita?
a) Si b) No c) A veces
3. En cada cesta de la compra incluye alimentos no saludables?
a) Si b) No c) A veces

Hemos calculado el importe económico mensual que conlleva comprar alimentos no saludables. Nuestro análisis demuestra que al menos un 10% de nuestra cesta de la compra son productos que no son sanos ni para nuestro cuerpo ni para nuestro bolsillo....

¿TU QUE OPINAS?

→ Finalmente, no tenemos lista de la compra, pero cuando vamos a comprar, no metemos en el carro muchas cosas para las niñas.

Las declinamos las cosas los fines de semana y en el colegio.



Encuesta:

1. Con que frecuencia compran alimentos?
a) Diaria b) 2 o 3 veces semana c) Semanal d) Quincenal
2. Realiza antes de comprar una lista con los productos que necesita?
a) Si b) ~~No~~ c) A veces
3. En cada cesta de la compra incluye alimentos no saludables?
a) Si b) No c) ~~A veces~~

Hemos calculado el importe económico mensual que conlleva comprar alimentos no saludables. Nuestro análisis demuestra que al menos un 10% de nuestra cesta de la compra son productos que no son sanos ni para nuestro cuerpo ni para nuestro bolsillo....

¿TU QUE OPINAS?

Que a veces le damos un dulce.

Me gustan mucho las golosinas. Me gusta
que sea salada y en galletas. Me gusta como

me gustan con golosinas el chocolate

y cocada



Encuesta:

1. Con que frecuencia compran alimentos?
a) Diaria b) 2 o 3 veces semana c) Semanal d) Quincenal
2. Realiza antes de comprar una lista con los productos que necesita?
a) Si b) No c) A veces
3. En cada cesta de la compra incluye alimentos no saludables?
a) Si b) No c) A veces

Hemos calculado el importe económico mensual que conlleva comprar alimentos no saludables. Nuestro análisis demuestra que al menos un 10% de nuestra cesta de la compra son productos que no son sanos ni para nuestro cuerpo ni para nuestro bolsillo....

¿TÚ QUE OPINAS?

