



KIT DE ACCIÓN 'LOS ALIMENTOS IMPORTAN'

Inspiramos a los niños y jóvenes de América del Norte
a prevenir el desperdicio de alimentos y ayudar
a salvar nuestro planeta

Cada año se pierden
y desperdician cerca de
168 millones de toneladas
de alimentos



Producido por la Comisión para la Cooperación Ambiental (CCA), el **kit de acción 'Los alimentos importan'** busca concientizar a niños y jóvenes en torno al creciente problema del desperdicio de comida e inspirarlos a contribuir a su prevención.



Los alimentos importan

La pérdida y desperdicio de alimentos constituye uno de los mayores problemas ambientales de América del Norte

¿En qué consiste el kit de acción 'Los alimentos importan'?

Libro digital de actividades que
contiene 20 tareas educativas
relacionadas con el desperdicio
de alimentos y ¡muchas ideas más!

Para niños y jóvenes
de entre 5 y 25 años



Versión **descargable, sin costo**, en español, francés e inglés, en: www3.cec.org/flwy/es/

¡Empezar es muy fácil!

Sólo tienes que visitar el sitio: www3.cec.org/flwy/es/



Lee la información de
antecedentes



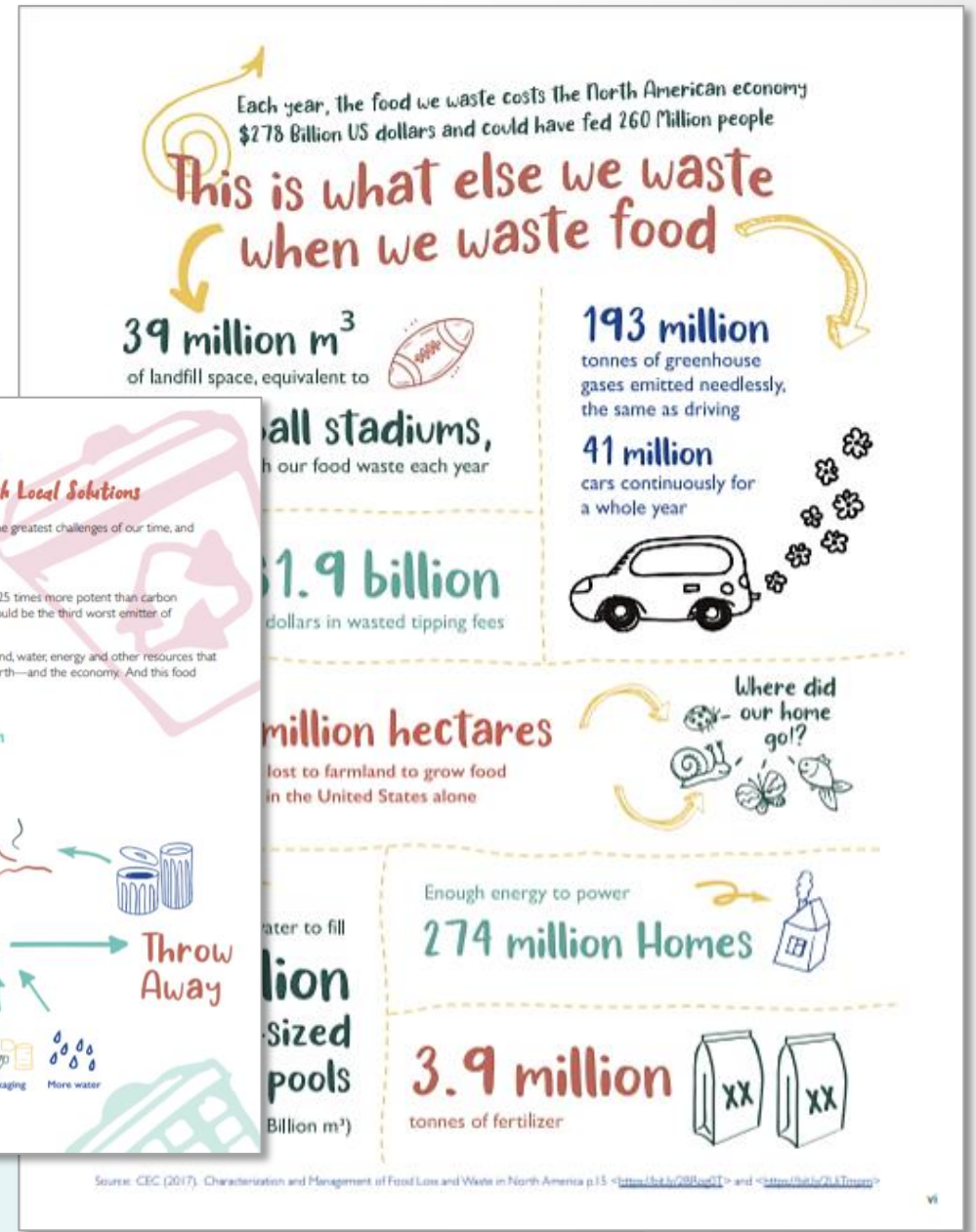
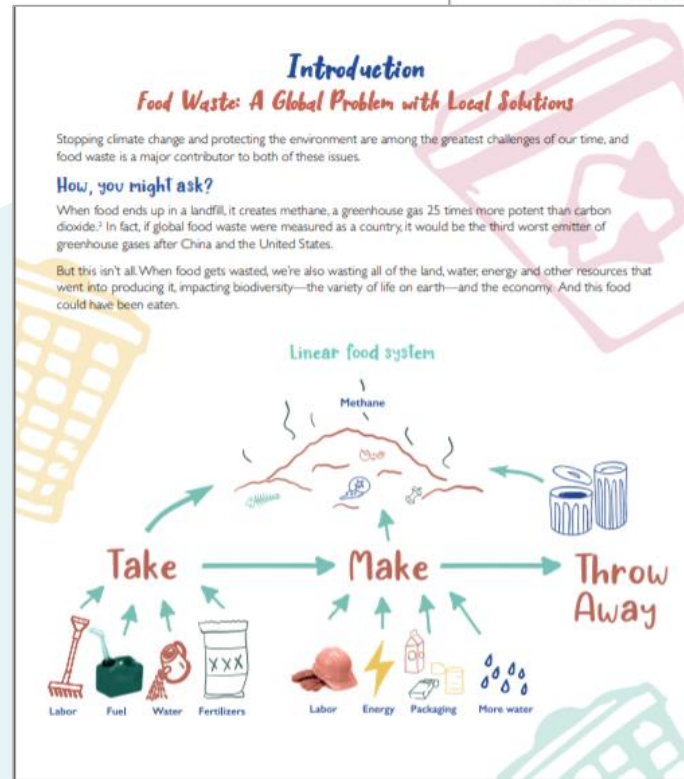
Descarga el pdf



Listos para aprender

El kit de acción 'Los alimentos importan' empieza con una breve lección introductoria sobre la pérdida y el desperdicio de alimentos

A partir de infografías y datos globales, con esta lección se busca concientizar acerca de los efectos ambientales y socioeconómicos de esta problemática



Manos a la obra



¡Elige la actividad más adecuada para tu grupo!

Parte I:
kit de acción
para niños
(de entre 5
y 13 años)



Parte II:
kit de acción para
jóvenes
(de entre 14 y 25
años)



Para docentes

Los profesores podrán consultar en línea la **guía de actividades**, que les ayudará a elegir actividades acordes con los planes de estudio de cada grado

www3.cec.org/flwy/es/guia-de-actividades/



9 Where does it all go?



Activities	Duration <small>Use pins to 1 day or Multi-day</small>	Designed For ages: <small>(kids, youth, all ages)</small>	Subject Areas							Claim this many points	Counts towards any of these badges
			Art	Language	Social studies, history & geography	Math	Science & technology	Health	Environment		
Kids' Action Kit Study existing bins		All ages	Share results creatively	Use language to articulate findings	Study human behavior to solve a problem		Use observation to study a problem			5	
Design your own green bins and labels		All ages	Use creativity to design a better bin				Translate findings into workable solutions		Help improve diversion	5	
Conduct before-and-after waste audits		All ages				Measure and sort waste	Study waste to understand behavior and impact of design		Test your impact	10	
Share this activity with a pen pal		All ages	Use photography or drawings to share designs	Write with pen pals, possibly in another language	Explore other places, discover different in designs		Learn how design influences behavior			5	
Share your bin designs on social media		All ages	Use photography or drawings to share designs	Use language to articulate your design thinking and impact					Promote good environmental design	5	
Youth Action Kit Map out your local waste system					Develop research, interview, and mapping skills					10	
Do the math						Research, calculate, and estimate quantities of waste managed in various facilities				5	
Create an infographic			Use art and design to express systems in a clear and impactful way						Promote understanding of local waste systems	5	
Develop system improvements and present recommendations					Use research, design, and presentation skills, influence decision-makers				Improve sustainability in your local waste system	10	
Zero waste challenge		All ages			Use self-reflection and analysis				Grow sustainable habits	10	



¿Cómo son las actividades?

Con distintos grados de complejidad, las actividades contenidas en el kit de acción 'Los alimentos importan' son idóneas para una diversidad de edades y habilidades. Cada una de estas tareas presenta un diseño fácil de seguir, para lo cual integra los componentes siguientes:



Lección breve

Importancia del tema o la actividad e información de antecedentes



Tiempo estimado

Cuánto tiempo tomará completar la actividad



Material

Herramientas y elementos necesarios para realizar la actividad



Manos a la obra

Instrucciones para llevar a cabo la actividad



¿Quieres hacer más?

Lista de ideas para tareas relacionadas



Reclama tus puntos

Cantidad de puntos que puedes obtener por completar la actividad



Kid's Activity #8

Tackle Food Waste with Worms

Nourishing the soil with vermicomposting

There are hundreds of ways to prevent food waste in your home and community. But no matter how good we are at not wasting food, there will always be food scraps that can't be eaten—at least not by us! However, worms love to eat apple cores, pea shells, pepper stems and all kinds of organic material that we don't like to eat.

Composting with worms is called vermicomposting. And what the worms poop out is called worm castings, which make fresh, nutrient-rich soil. Worms are a sign of healthy soil so pay attention whenever you dig.



WORMS!

27

Understanding avoidable and unavoidable food waste

The first step to vermicomposting is knowing which foods can be eaten and which can be composted. To prevent food waste, it is important to know what foods can still be eaten and what should be composted.

Edible and Inedible Food Waste

Which items can be eaten and which are for compost?

Eat!



wrinkly tomato

corn with a few soft spots

banana peel

apple core

corn cob

Compost



1/2 eaten sandwich

broccoli stalks

melon rind

onion skins

leftovers

1/2 eaten apple

1/2 eaten melon

Wait! There are some tricks... broccoli stalks³⁹, watermelon rinds⁴⁰, onion skins⁴¹ and corn cobs⁴² can all be made into delicious and nutritious meals. In Activity #6, learn all about preparing commonly tossed food parts like orange peels.

Vermicomposting Making Compost With the Help of Worms

Estimated time: 2 hours

You'll Need:

- A plastic tub with a screen or air holes in the lid
- Newspaper
- Coffee grounds, apple cores or other food scraps
- Red wiggler worms (*Eisenia fetida*). You can order these worms online or ask someone with a vermicompost bin to share theirs with you. They will reproduce, but the more you start with, the more food scraps they'll eat right away.


Making it Happen:

- Shred newspaper and spray it with water to make a soft, moist environment for your worms.
- Feed your worms small pieces of inedible food waste. They like banana peels, carrot tops, avocado skins and most kinds of raw food scraps. They don't like acidic foods like oranges and lemons or strong-smelling foods like onions and chili peppers.
- Feed your worms daily, and keep newspaper moist by spraying with water.

Want to do More?

- Learn more about vermicomposting and fun projects to do with your worms.⁴³
- Are you ready to take your composting to the next level? See Activity #18 to learn how to build an outdoor composter—it can compost much more food than your vermicompost bin.

Did you know?
Worms eat half their body weight daily. A bin containing 500 grams of worms will eat 250 grams of food scraps every day.⁴⁴



39According to Eie (2013), Cooking broccoli stalks. <<https://www.sourdignelle.com/broccoli-stems-are-healthy-as-the-flower/>>
40A Taste of Home (2018), Watermelon Rind Pickles. <<https://www.tasteofhome.com/recipes/watermelon-rind-pickles/>>
41Farmers Almanac (2018), 10 Good Reasons to Save Those Onion and Garlic Skins. <<https://www.farmersalmanac.com/lives-onion-garlic-skins-30500/>>
42Wide Open East (2018), Your Bare Corn Cobs Have 7 More Ways to Help you in the Kitchen. <<https://www.wideopeneast.com/corn-cobs-use/>>
43Recipe for Success (2018), In our garden/Vermiculture (Worm Composting) with Kids. <<https://www.youtube.com/watch?v=U5dD30>>
44Worm Composting Headquarters. <<https://wormcomposting.com/feeding-your-worms/>>

Actividad de muestra de la parte I: *Lombrices para combatir el desperdicio de alimentos*

Actividad 8: para niños de entre 5 y 13 años de edad (preescolar y primaria)



¡Regístrate en el sitio web!



www3.cec.org/flwy/es/



ENGLISH ESPAÑOL FRANÇAIS REGISTER SIGN IN

FOOD MATTERS ACTION KIT

ABOUT THIS ACTION KIT FOOD WASTE, THE ENVIRONMENT + CLIMATE CHANGE YOUNG FOOD HEROES ACTIVITY GUIDE JOIN THE YOUTH MOVEMENT

Each year, the food we waste costs the North American economy \$278 Billion US dollars and could have fed 260 million people!

This is what else we waste when we waste food:

39 million m of landfill space, equivalent to 13 football stad gets used up with our food waste each

.....

"There are dozens of fun and impactful ways you can make a difference"

Los grupos o personas que utilicen el kit de acción 'Los alimentos importan' pueden registrarse en línea, en el sitio web del kit, haciendo clic en la pestaña 'Únete al movimiento juvenil'.



¡Registrarse es muy fácil!

Crea un perfil

Join the Youth Movement

These youth groups are all taking action on food waste. Check out their initiatives

Join the youth movement! Register as an individual or as part of a club, organization, class, team, group of friends.

REGISTER YOUR ORGANIZATION



World Wildlife Fund

Country: United States



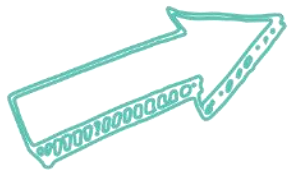
OR



Lindsay Bunce

Sube fotos o descripciones de las actividades completadas

Reclama tus puntos para ganarte insignias como 'Héroe contra el Desperdicio de Alimentos'



¡Ve otras organizaciones registradas y las iniciativas que han emprendido!



¿Por qué usar el kit de acción ‘Los alimentos importan’?

Concientizar a los niños y jóvenes sobre la pérdida y el desperdicio de alimentos puede motivarlos a vivir en forma sustentable y moldear sus hábitos para la adultez



¡Incentiva el cambio!



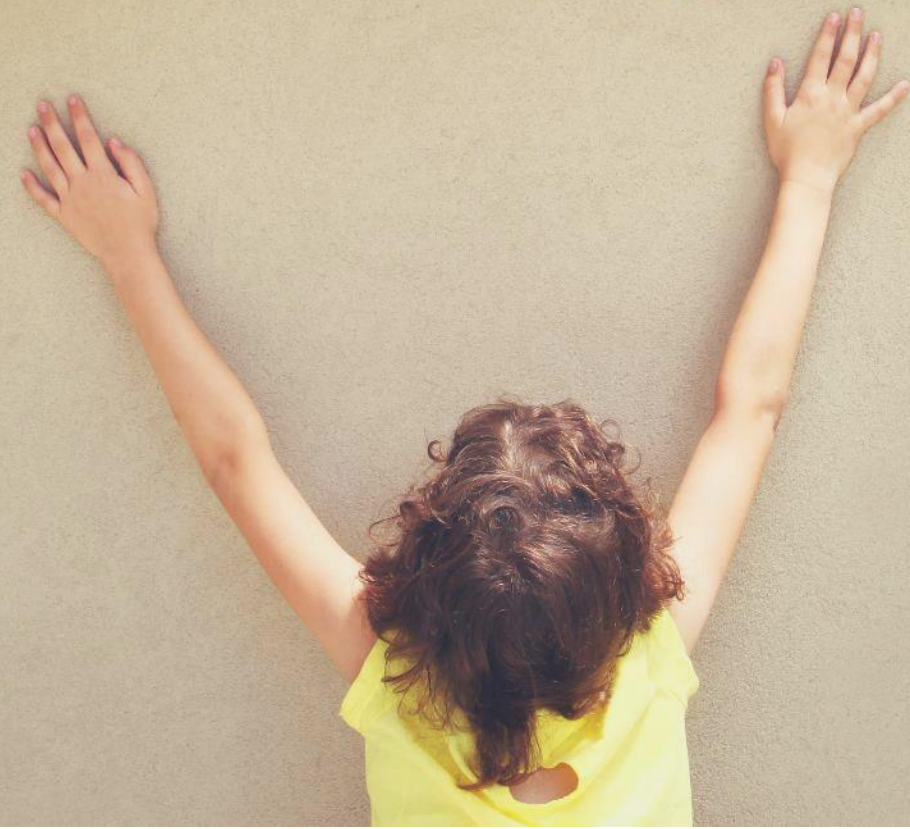
El conocimiento es poder



Cambio de hábitos



Pasa la voz



¿Quiénes colaboraron en la preparación del kit de acción?

La integración del kit de acción 'Los alimentos importan' corrió a cargo de la CCA y su equipo de consultores, acompañados de:



Un **comité directivo**, conformado por expertos en la materia de los gobiernos federales de Canadá, Estados Unidos y México

El **Comité Consultivo Juvenil sobre la Pérdida y el Desperdicio de Alimentos (CCJ)**, integrado por diez individuos jóvenes en representación de destacadas asociaciones comunitarias juveniles, instituciones académicas y educativas, organizaciones no gubernamentales y de beneficencia, y comunidades indígenas

Organizaciones representadas en el CCJ:

CANADÁ

Instituto Arrell de Alimentación
(*Arrell Food Institute*), Universidad de Guelph

Ecoescuelas de Ontario
(*Ontario EcoSchools*)

Consejo de Reciclaje de Ontario
(*Recycling Council of Ontario*)

4-H



ESTADOS UNIDOS

Fondo Mundial para la Naturaleza
(WWF)

Food Rescue



MÉXICO

Bancos de Alimentos de México

Red Global de Jóvenes por la Biodiversidad
(*Global Youth Biodiversity Network, GYBN*)

Diálogos Hambre Cero

Conclave Mundial de Jóvenes Indígenas de las Naciones Unidas

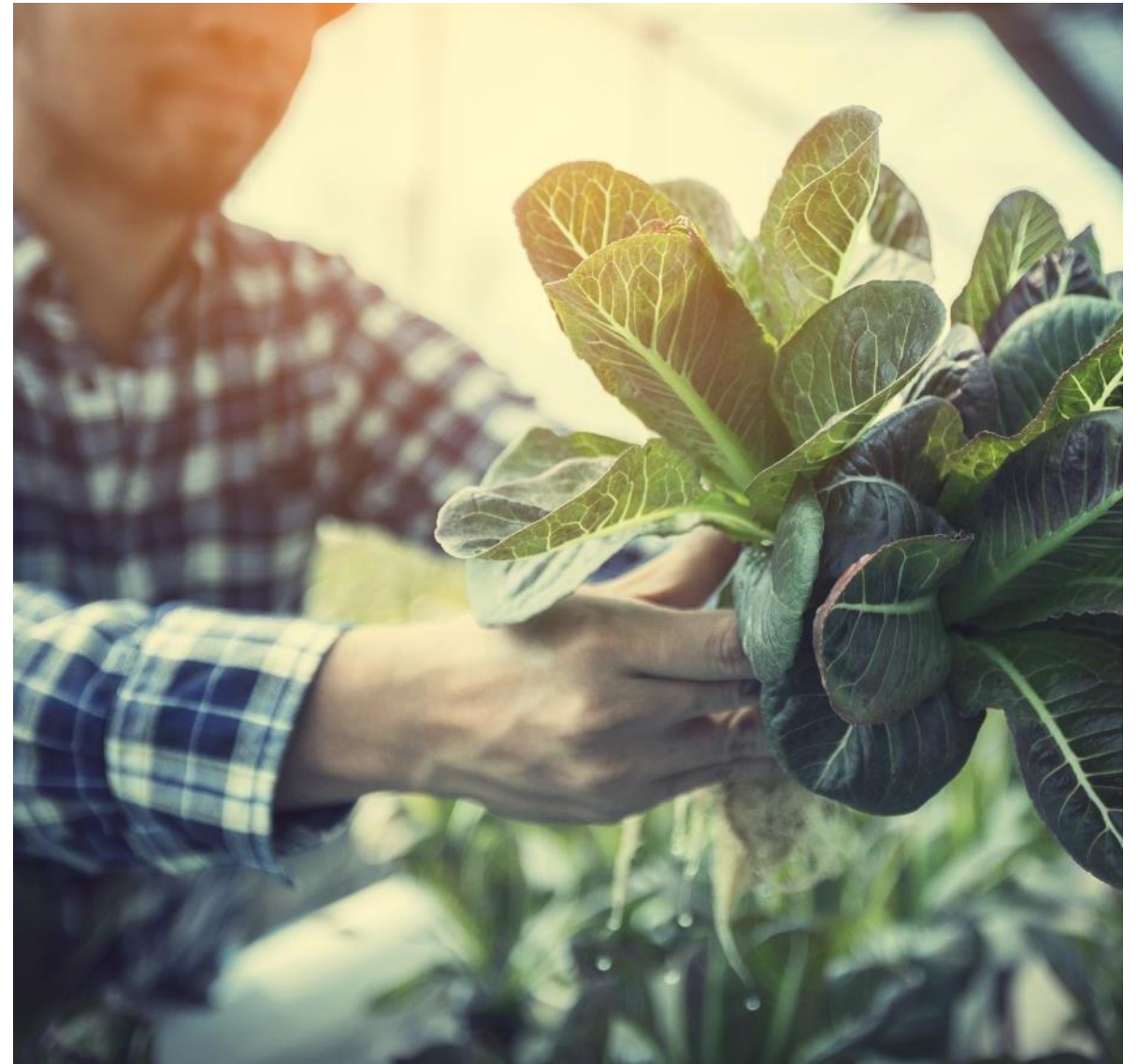


Información más detallada en:

Sitio web: www3.cec.org/flwy/es/

Correo-e: info@cec.org

Comisión para la Cooperación Ambiental
700 rue de la Gauchetière Ouest, bureau 1620
Montréal, Québec, H3B 5M2
Tel.: (514) 350-4300
Fax: (514) 350-4314





¡Muchas gracias!

Comisión para la Cooperación Ambiental
www.cec.org

