

Un almuerzo especial

Una historia sobre diversidad



Final positivo

**CONCEPTO
CLAVE/DESVE
NTAJA**

Diversidad

OBJECTIVOS

- Reconocer la importancia de respetar las restricciones alimentarias y la diversidad en la alimentación.
- Demostrar una comunicación inclusiva teniendo en cuenta las necesidades de los compañeros con alergias alimentarias.
- Fomentar la inclusión en el grupo asegurando que todos participen en las actividades compartidas.
- Promover la empatía comprendiendo cómo las elecciones alimentarias pueden afectar las interacciones sociales y el bienestar.

**PREGUNTAS
PARA
REFLEXIONAR
(FINAL
POSITIVO)**

1. ¿Cómo crees que se sintió Mihai al darse cuenta de que no había nada que pudiera comer?
2. ¿Qué podemos hacer para que todos los compañeros se sientan incluidos en eventos grupales como una fiesta?
3. ¿Alguna vez has probado comida de otra cultura? ¿Cómo te hizo sentir?
4. ¿Por qué es importante tener en cuenta las necesidades alimentarias de los demás al organizar un evento?
5. ¿Qué podrías hacer si te das cuenta de que un amigo está siendo excluido por sus restricciones alimentarias?

**RECURSOS
ADICIONALES**

El grupo puede participar en una clase sobre alimentos alternativos, investigando ingredientes aptos para personas con alergias y conversando sobre cómo incorporar la diversidad alimentaria en el grupo. También pueden participar en un taller de cocina conjunta donde preparen platos sencillos aptos para alérgicos, fortaleciendo el trabajo en equipo y la inclusión, a la vez que descubren nuevos sabores y culturas gastronómicas.

Un almuerzo especial

Una historia sobre diversidad



Final negativo

**CONCEPTO
CLAVE/DESV
ENTAJA**

Diversidad

OBJETIVOS

- Reconocer el impacto negativo de la exclusión en los compañeros con restricciones alimentarias.
- Reconocer cómo nuestras palabras y acciones pueden apoyar o aislar a los compañeros durante las actividades grupales.
- Comprender la importancia de defender la inclusión al planificar eventos colaborativos.
- Desarrollar empatía al reflexionar sobre cómo se siente ser marginado por restricciones alimentarias.

**PREGUNTAS
PARA
REFLEXIONA
R (FINAL
NEGATIVO)**

1. ¿Cómo crees que se sintió Mihai cuando tuvo que sentarse solo con su comida especial?
2. ¿Qué se podría haber hecho diferente para que Mihai se sintiera incluido?
3. ¿Alguna vez te has sentido excluido de una actividad? ¿Cómo te sentiste?
4. ¿Por qué es importante respetar las distintas necesidades y elecciones alimentarias?
5. ¿Cómo podemos ayudar a crear un entorno más inclusivo y respetuoso para todos?

**RECURSOS
ADICIONALE
S**

El grupo puede participar en una sesión de storytelling en la que compartan momentos en los que ellos o alguien que conocen se hayan sentido excluidos, reflexionando sobre la empatía y la inclusión. También pueden ver un cortometraje o documental sobre alergias alimentarias e inclusión, que sirva de punto de partida para conversar sobre cómo hacer que las experiencias compartidas sean más accesibles y acogedoras para todos.