

# DIA SIN GLUTEN EN EL COLE

## Actividades didácticas



A continuación, os proponemos una serie de actividades para hacer con los niños:

- ¿Qué alimentos puede tomar un celíaco?
- ¿Qué alimentos tienen gluten?
- Sopa de letras
- ¡A la compra!
- Juego: el semáforo sin gluten
- ¡A cocinar sin gluten!: receta de tortitas

Si tu amiga Ana es celíaca, une con una flecha todos los alimentos que **sí puede tomar**.

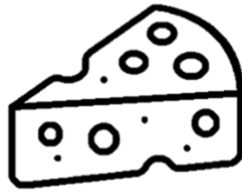


**Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten**

Colorea SOLO los alimentos que tienen gluten.



espinacas

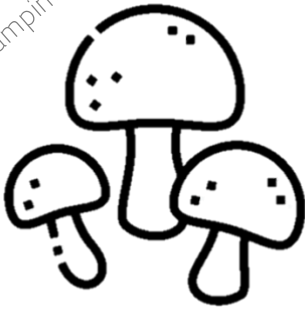


queso

pan de centeno



champiñones



arroz



cebolla



harina de trigo



aguacate



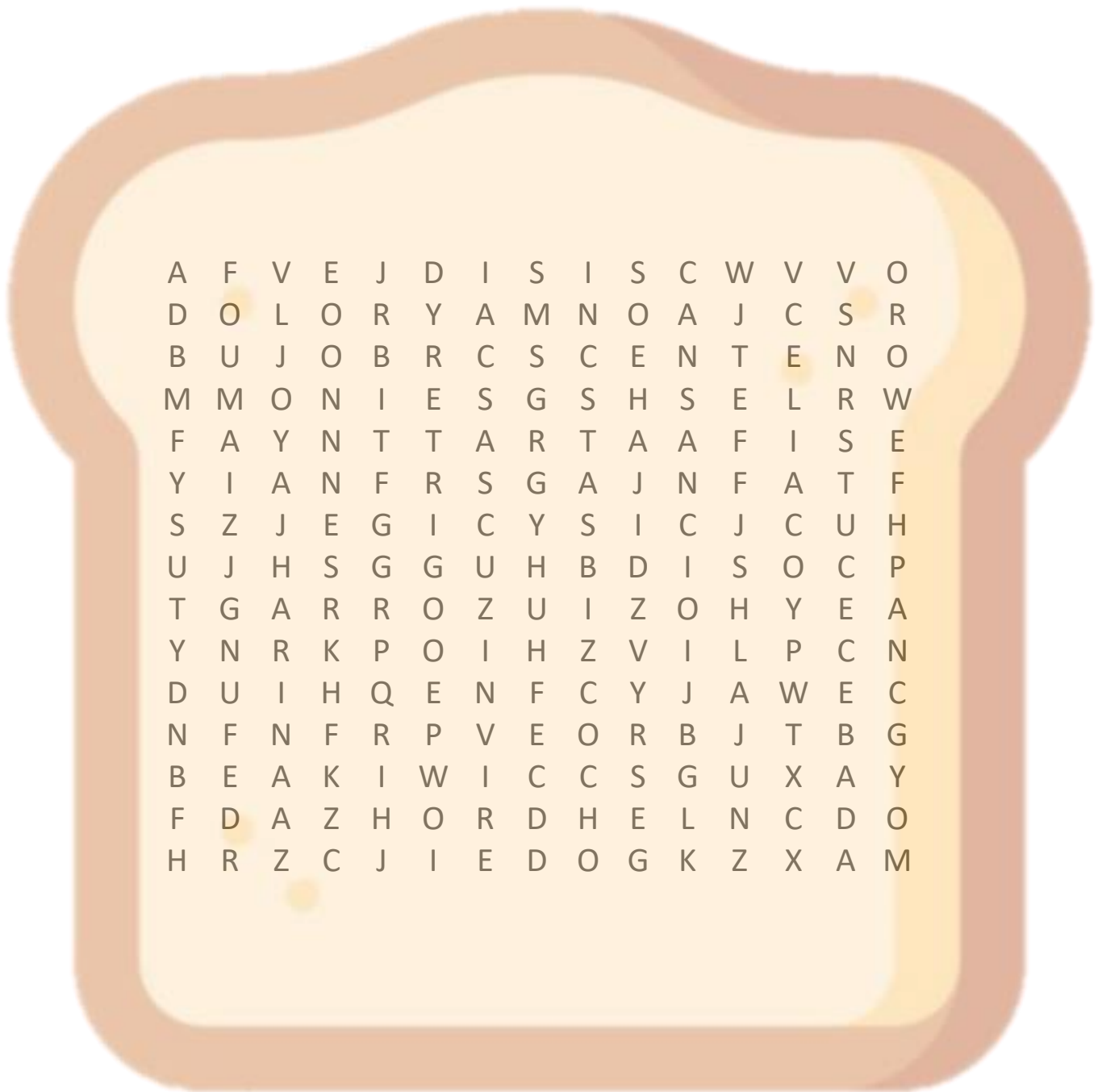
espaguetis

croissant



**Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten**

Encuentra en la sopa de letras TODAS las palabras **relacionadas** con la enfermedad celíaca, también los alimentos que tienen y no tienen gluten



A F V E J D I S I S C W V V O  
D O L O R Y A M N O A J C S R  
B U J O B R C S C E N T E N O  
M M O N I E S G S H S E L R W  
F A Y N T T A R T A A F I S E  
Y I A N F R S G A J N F A T F  
S Z J E G I C Y S I C J C U H  
U J H S G G U H B D I S O C P  
T G A R R O Z U I Z O H Y E A  
Y N R K P O I H Z V I L P C N  
D U I H Q E N F C Y J A W E C  
N F N F R P V E O R B J T B G  
B E A K I W I C C S G U X A Y  
F D A Z H O R D H E L N C D O  
H R Z C J I E D O G K Z X A M

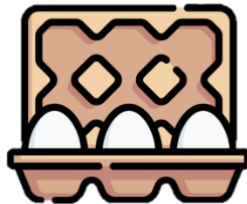
Hay 15 palabras

Pista: las palabras pueden estar en vertical, horizontal y diagonal

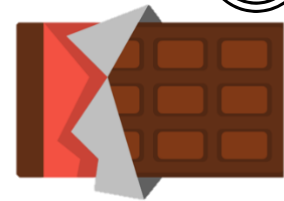
**Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten**

Es el cumpleaños de tu hermano, que es celíaco. Como le quieres preparar una tarta vas al supermercado y tienes que comprar los ingredientes SIN GLUTEN.

Redondea con un círculo solo los productos que te puedes llevar a casa.



Puede tener trigo





**VAMOS A JUGAR**

## **El semáforo sin gluten**

- Los niños se deben colocar en una fila horizontal.
- El monitor nombrará alimentos presentes en la parte roja o verde el semáforo del cartel.
- Si no contiene gluten, los niños darán un paso hacia adelante
- Si contiene gluten no hay que moverse.
- Si el niño se equivoca, volverá a la posición inicial del juego.
- El niño que llega antes al monitor, ¡gana!



Puedes llevarte esta receta a casa para hacer tortitas sin gluten.

## TORTITAS SIN GLUTEN

120 mg Harina sin gluten

1 Huevo

180 ml Yogur griego natural

1-2 Cucharadas soperas azúcar

Levadura de repostería sin gluten



**Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten**



**Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten**

Lanuza 19, Bajo  
28028 Madrid

**917 130 147**

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



AsociacionDeCeliacosYSensiblesAlGluten



@CeliacosMadrid



TV SinGluten



sin**GLU10** - *Tu App para móviles y tablets*



670 387 514