



Akčná skupina pre zdravé stravovanie

xx

Inštrukcie

Plán zdravého školského stravovania

Ako na to?

Voči školským plánom a stratégiám počuť často výhrady, že ide o formálne dokumenty, ktoré neodrážajú skutočnosť.

V tomto dokumente nájdete návrh jednoduchých krokov, aby váš školský plán zdravého stravovania mal ozajstný význam. Zahŕňa všetky vekové skupiny, je voľne k dispozícii a buduje na práci, ktorú ste už vykonali pre získanie programu Skutočne zdravá škola.

Kroky použite v prípade, ak ešte nemáte vlastný plán zdravého školského stravovania, alebo ho chcete zlepšiť. Je dôležité, aby ste do zostavovania plánu zahrnuli vašu akčnú skupinu pre zdravé stravovanie tak, aby sa s ním mohol poriadne každý člen zoznámiť a stotožniť.



Základné školy

Krok 1 – Identifikácia problémov

Predstavte zamýšľaný plán zdravého školského stravovania vašej akčnej skupine a vysvetlite jeho zmysel. Pre mladšie deti môžete použiť voľnejšie výrazy - napríklad „jedálničiek“ alebo „plán baštenia“. Opýtajte sa svojej akčnej skupiny (najlepšie pre malé skupiny), aké problémy v tejto oblasti škola má alebo na čo by sa mala zamerať a prepojte s prebiehajúcimi činnosťami pre získanie ocenenia programu skutočne zdravá škola. Získané nápady a návrhy zapíšte na veľkú tabuľu, prípadne požiadajte deti, aby nakreslili, čo si myslia o jedle v škole. V tejto fáze môžete konzultovať s ostatnými účastníkmi školského života. Poradte sa s akčnou skupinou, ako to dosiahnuť.

Nápady:

- ☆ Dotazníky, ktoré budú deti rozdávať pri obede.
- ☆ Krátky dotazník pre rodičov.
- ☆ Osloviť rodičov počas školskej akcie (alebo ich rovno pozvite na obed).
- ☆ Hlásiť v školskom rozhlase.
- ☆ Požiadat žiakov, aby fotografovali tému „jedlo v škole“.

Krok 2 – Kreativita

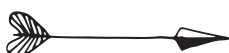
Na ďalšom stretnutí akčnej skupiny môžete skupiny rozdeliť na deti a dospelých. Dospelí môžu prediskutovať jednotlivé návrhy a nápady a spolu zostaviť plán. Deti môžu vymyslieť, ako zdeliť svojim spolužiakom a ostatným v škole kľúčové body plánu.

Napríklad takto:

- ☆ Zapojte vyučujúcich umeleckej výchovy a vytvorte informačné letáky alebo plagáty pre deti a rodičov.
- ☆ Použite webové stránky školy.
- ☆ Využite školský časopis.
- ☆ Napíšte informačný článok do miestnych novín.

Krok 3 – Konečná verzia

Dobrovoľník z členov akčnej skupiny (najlepšie predseda) zhromaždí všetky návrhy a vytvorí jeden dokument. Ďalší dobrovoľník zostaví plán, ktorému porozumejú aj deti. Návrh znenia plánu zdravého školského stravovania musí odsúhlasiť akčná skupina. Finálnu verziu nakoniec podpíše riaditeľ/ka školy.



Krok 4 – Začíname

Dokument vo vhodnom formáte začnite posilať rôznym cieľovým skupinám.

Krok 5 – Akčný plán

Prediskutujte s akčnou skupinou kroky, potrebné na dosiahnutie stanovených cieľov. Môžete ich začleniť do akčného plánu pre získanie ocenenia Skutočne zdravá škola.

Krok 6 – Hodnotenie

Plán zdravého školského stravovania revidujte jedenkrát ročne, prípadne skôr, ak nastanú zásadné zmeny.

Stredné školy

Krok 1

Predstavte plán zdravého školského stravovania vašej akčnej skupine a vysvetlite jeho zmysel. Opýtajte sa svojej akčnej skupiny (najlepšie v malých skupinách), aké problémy v tejto oblasti škola má alebo na čo by sa mala zamerať, najlepšie v spojení s prebiehajúcimi činnosťami pre získanie ocenenia programu Skutočne zdravá škola. Na tomto mieste môžete konzultovať s ostatnými účastníkmi školského života. Opýtajte sa akčnej skupiny, ako to dosiahnuť.

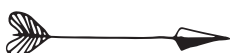
Nápady:

- ☆ Dotazníky, ktoré budú študenti rozdávať na obede.
- ☆ Krátky dotazník pre rodičov.
- ☆ Osloviť rodičov na školskej akcii (alebo ich rovno pozvať na obed).
- ☆ Hlásiť v školskom rozhlase.
- ☆ Požiadať študentov, aby fotografovali témy jedlo v škole.

Členom akčnej skupiny rozdeľte jednotlivé nápady a oblasti a požiadajte ich, aby do najbližšieho stretnutia spísali odstavce, ktorý bude súčasťou konečného dokumentu.

Krok 2

Na ďalšom stretnutí získané odstavce prediskutujte s celou akčnou skupinou a urobte prípadne zmeny. Dobrovoľník z členov akčnej skupiny (najlepšie predseda) zhromaždí všetky odstavce a vytvorí návrh finálnej verzie plánu zdravého školského stravovania.



Krok 3

Na ďalšom stretnutí akčnej skupiny skontrolujte a odsúhlaste konečnú verziu dokumentu. V rámci akčnej skupiny prediskutujte možnosti, ako oboznámiť ostatných v škole s vytvoreným dokumentom.

Nápady:

- ☆ Zapojte vyučujúcich umeleckej výchovy a vytvorte informačné letáky alebo plagáty pre študentov a rodičov.
- ☆ Zapojte vyučujúcich výpočtovej techniky a umiestnite príslušný odkaz na webové stránky školy.
- ☆ Navrhňte vhodné letáky a plagáty pre študentov a rodičov.
- ☆ Napíšte informačný článok do miestnych novín.

Návrh znenia plánu zdravého školského stravovania musí odsúhlasiť akčná skupina. Finálnu verziu potom podpíše riaditeľ/ka školy.

Krok 4 – Začíname

Začnite vytvorený dokument vo vhodnom formáte posilať rôznym cieľovým skupinám.

Krok 5 – Akčný plán

Prediskutujte s akčnou skupinou kroky nevyhnutné k tomu, aby boli dosiahnuté stanovené ciele. Tieto kroky potom môžete začleniť do akčného plánu pre získanie ocenenia Skutočne zdravá škola.

Krok 6 – Hodnotenie

Plán zdravého školského stravovania revidujme jedenkrát ročne, prípadne skôr, pokiaľ nastanú zásadné zmeny.

Viac informácií:

Na webových stránkach Skutočne zdravej školy je k dispozícii vzor plánu zdravého školského stravovania.

