

SADENIE SEMIENOK ZMENY

INŠPIRATÍVNE POSTUPY
CELOŠKOLSKÉHO PRÍSTUPU K STRAVOVANIU
V CELEJ EURÓPE



© 2024 Rikolto v Belgicku

Túto publikáciu vydala belgická spoločnosť Rikolto v rámci projektu SchoolFood4Change. Viac informácií o projekte nájdete na stránke schoolfood4change.eu

Úprimne ďakujeme mestám, ktoré prispeli svojimi cennými postupmi, a mnohým jednotlivcom, vďaka ktorých úsiliu je táto práca možná: učiteľom, ktorí z potravinových systémov robia vzdelávacie dobrodružstvo, obetavým kuchárom, ktorí sa denne venujú študentom a učia sa od nich, študentom, ktorí iniciovali školské zeleninové záhrady, vychovávateľom, ktorí sa snažia poskytnúť svojim deťom to najlepšie, miestnym poľnohospodárom, ktorí dodávajú vajcia v recyklovateľných obaloch, a nespočetným ďalším ľuďom, ktorí zohrávajú dôležitú úlohu pri zavádzaní prístupu Whole School Food.

rikolto



Tento projekt získal finančné prostriedky z Európskeho výskumného a inovačného programu Únie Horizont 2020 na základe dohody o grante číslo 101036763.





SchoolFood4Change!

Vitajte vo svete sviežich nápadov a inšpirácie!

Nasledujúce stránky sú plné inovatívnych príbehov, ktoré uvádzajú do života celoškolský prístup k stravovaniu (Whole School Food Approach - WSFA). Celoškolský prístup k stravovaniu, súčasť projektu SchoolFood4Change, spôsobuje revolúciu v školách po celej Európe. Táto iniciatíva nielen ponúka zdravšie jedlá, ale **mení celý vzťah študentov k jedlu**. Je o pochopení, odkiaľ pochádzajú rôzne potraviny, ako sa vyrábajú a prečo sú životne dôležité pre naše blaho a pre našu planétu.

Celoškolský prístup k stravovaniu však nie je len lekciami o výžive - je to **výzva k činom**.

Inšpiruje študentov, aby prijali zdravšiu a vyváženejšiu stravu a zároveň ich vzdeláva v udržateľných potravinových postupoch. Je to čoraz dôležitejšie vzhľadom na to, že v roku 2023 bolo 21 % európskych detí ohrozených chudobou alebo sociálnym vylúčením a v roku 2019 čelilo 25 % detí problémom s obezitou alebo nadhmotnosťou. Riešenie týchto výziev si vyžaduje univerzálne štandardy v oblasti zdravia a výživy, čo je v Európe neustále aktuálna téma. Začlenenie celoškolského prístupu k stravovaniu do škôl je dobrým prvým krokom, pretože sa zaväzuje nielen k fyzickému vyživovaniu detí, ale aj k posilneniu ich výživového povedomia, uznávajúc **neoddeliteľnú úlohu vzdelávania pri podporovaní zdravších stravovacích návykov** u detí, ich rodín a širších komunít. Napriek tomu sú potrebné silnejšie a lepšie integrované politiky, ktoré uvoľnia skutočný potenciál zdravého a udržateľného školského stravovania.

Efektívna implementácia celoškolského prístupu k stravovaniu si vyžaduje spoluprácu medzi miestnymi a vnútroštátnymi aktérmi, ako aj vzájomné porozumenie zdravotných a environmentálnych rámcov. Je to **tímové úsilie**, do ktorého sa zapájajú oddaní zamestnanci školy, vášniví kuchári, samotní študenti, ale aj širšia školská komunita ako sú rodičia, miestne podniky a farmári. Študenti sa zapájajú do kulinárskych výziev a hľadania potravinových pokladov až po prevádzkovanie vlastných kaviarní a účasti na praktických ochutnávkach jedál, ponorení v zážitkoch, vďaka ktorým sa učenie o potravinách stáva dobrodružstvom.

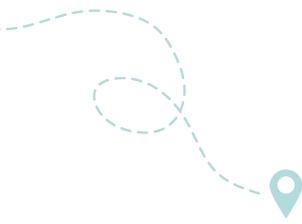
Cesta k zavedeniu celoškolského prístupu k stravovaniu do vašej školy **nemá univerzálny recept**.

Namiesto toho sme zozbierali najkreatívnejšie praktiky zo škôl z celej Európy, ktoré môžu inšpirovať vašu vlastnú potravinovú revolúciu. Každé mesto uvedené na týchto stránkach sa podelilo o jeden zo svojich inšpiratívnych príbehov - čo urobili, ako to urobili a aké dopady zaznamenali. Tieto aktivity nielenže podnecujú aktívne učenie a menia stravovacie preferencie, ale podporujú aj progresívne vystavenie a inovatívne metódy varenia.

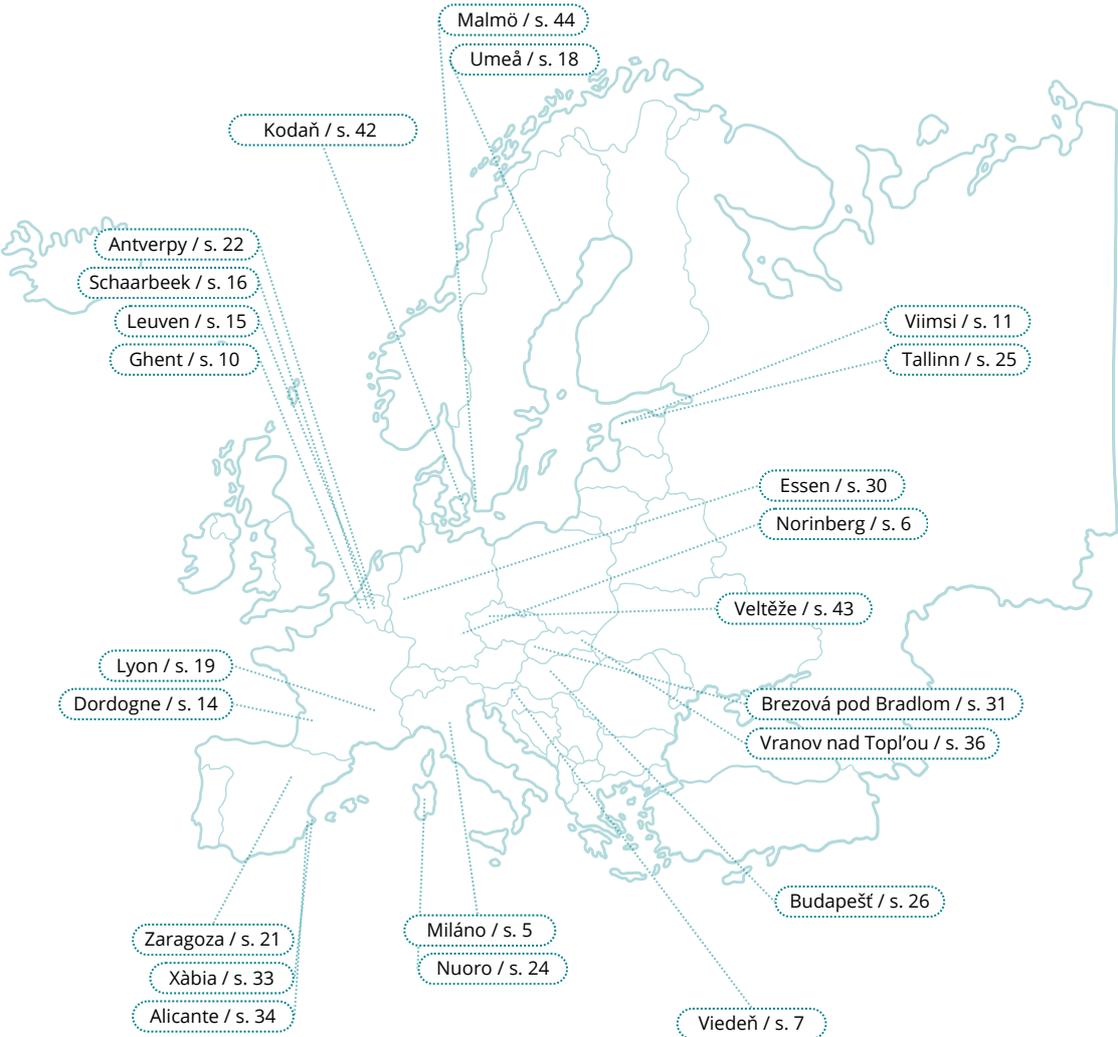
Ste pripravení zmeniť prístup vašej školy k stravovaniu? Ponorte sa do týchto príbehov a zistite, ako môže celoškolský prístup k stravovaniu priniesť zmenu.







Sprievodca prieskumníka







Tu rastie jedlo: Založenie a prevádzka školskej záhrady v Madride, Španielsko / eiantoniomercero@madrid.es

Zásady vedenia

Pilier A celoškolského prístupu k stravovaniu



Predstavte si školu, kde každé jedlo je oslavou zdravia, udržateľnosti a komunity. Táto vízia sa stáva skutočnosťou prostredníctvom "celoškolského prístupu k stravovaniu", dynamickej stratégie, do ktorej sú zapojení všetci - od vedenia školy a učiteľov až po sociálnych pracovníkov a zamestnancov jedálne. Tým sa to však nekončí, rozširuje sa to aj na širšiu komunitu, vrátane miestnej samosprávy, susedov, farmárov, maloobchodníkov, mimovládnych organizácií a odborníkov na mládež, jedlo, mestské záhradníctvo a odpadové hospodárstvo.

Celoškolský prístup k stravovaniu nie je len o jedle. Ide o to, aby sa kultúra výživy a udržateľnosti dostala do každého kúta školského života. **Integruje zdravé stravovanie do školských plánov, politik, hodnôt a vzdelávania, čím vytvára ekosystém, kde je jedlo oslavované a vážené.**

Podstatou celoškolského prístupu k stravovaniu je spolupráca. Spojením žiakov, opatrovateľov a školského personálu, podporuje pocit spolupatričnosti a zodpovednosti. Žiaci sú povzbudzovaní, aby prevzali zodpovednosť za formovanie svojho stravovacieho prostredia, čím sa zabezpečí, že **rozhodnutia o jedlách a vzdelávaní súvisiacom s potravinami sú prijímané aj s ich zapojením.**

Tento prístup nielen obohacuje zážitky v škole, ale zároveň robí zdravé a udržateľné potraviny najjednoduchšou a najatraktívnejšou voľbou pre všetkých zúčastnených.

"Žiaci sú povzbudzovaní k tomu, aby prevzali zodpovednosť za formovanie svojho stravovacieho prostredia, čím sa zabezpečí, že rozhodnutia o jedle a vzdelávaní v oblasti výživy sú prijímané aj s ich zapojením."



Skúmanie potravín a udržateľnosti: Cesta Milána

#Aktívne učenie

Miláno / Taliansko * foodpolicy@commune.milano.it



Žiaci z dvoch základných škôl, "IC Calcutta" a "IC Palmieri", sa zúčastnili **inovatívneho pilotného projektu v spolupráci s milánskou potravinovou politikou a ich dodávateľom jogurtov**. Po tom, ako tento dodávateľ vyhral verejnú súťaž vypísanú mestom Miláno, ponúkol na oboch školách pútavý workshop o výrobe potravín a organických jogurtov. Tento workshop bol rozdelený na dve časti:

1/ Produkcia potravín a zdravá výživa

Tím mestskej politiky jedla viedol praktickú laboratórnu aktivitu, ktorá sa zameriavala na výrobu potravín, udržateľnú výživu a dôležitosť zdravého stravovania. Deti analyzovali svoj školský jedálny lístok a hrali vzdelávaciu hru "Podme na nákup", kde si vybrali suroviny na vytvorenie vlastných zdravých a udržateľných jedál.

2/ Od mlieka k jogurtu

Odborník z jogurtovej spoločnosti predviedol proces premeny organického mlieka na jogurt a prostredníctvom videí poukázal na postupy ekologického poľnohospodárstva. Študenti sa potom zapojili do tímového kvízu, aby otestovali svoje vedomosti o udržateľnej výžive a organických jogurtov.

Tento projekt úspešne spojil učenie a zábavu, čím podporil hlbšie pochopenie zdravého stravovania a udržateľnosti, pričom tieto princípy sa začlenia aj do procesov verejného obstarávania.



Poháňanie úspechu: Ako Bertolt-Brecht-Schule podporuje zdravie a pohodu

#Aktívne učenie



Norimberg / Nemecko * werner.ebert@stadt.nuernberg.de

Na "Bertolt-Brecht-Schule" v Norimbergu sa zdravá výživa dostala do centra pozornosti vďaka inovatívnemu projektu SF4C. V spolupráci so školskou jedálňou študenti zorganizovali "Zdravú prestávku", počas ktorej ponúkali bezplatné výživné občerstvenie a zároveň sa podielili o cenné rady týkajúce sa vyváženého stravovania. Táto iniciatíva je v dokonalom súlade so štatútom školy ako projektovej školy UNESCO a odráža hodnoty ako kultúrna rozmanitosť a udržateľnosť



“Toto je žiarivý príklad toho, ako inštitúcie môžu uprednostniť akademický úspech a celkový rozvoj svojich študentov.”



Ako partnerská škola pre súťažné športy projekt podporuje aj mladých športovcov, uvedomujúc si zásadnú úlohu výživy pri ich raste a výkonnosti. Veľmi pozitívna reakcia svedčí o úspechu tejto iniciatívy pri vytváraní školského prostredia zameraného na zdravie a podporu.

Študenti sa aktívne zapájajú, ponúkajú nové nápady na zlepšenie predaja počas prestávok a podporujú holistický prístup k wellness. Odhodlanie školy Bertolt-Brecht-Schule venovať sa dobrým životným podmienkam je skvelým príkladom toho, ako môžu inštitúcie uprednostniť nielen akademický úspech, ale aj celkový rozvoj svojich študentov.

Sila rovesníkov vo Viedni: Spolupráca škôl v oblasti inteligentných riešení

#Aktívne učenie

Viedeň / Rakúsko * hannah@danachda.com



Iniciatíva SchoolFood4Change vo Viedni podporuje jedinečný prístup k riešeniu problémov prostredníctvom vzájomného poradenstva medzi školami. Školy zapojené do projektu sa navzájom podporujú pri riešení spoločných výziev a hľadaní kreatívnych riešení.

Raz štvrtročne sa všetci zamestnanci zapojených škôl stretnú online, aby sa podelili o svoje skúsenosti a riešili ťažko vyriešiteľné problémy. Počas týchto stretnutí sa zhromažďujú aktuálne problémy a vytvárajú sa malé skupiny, ktoré pracujú na riešení pomocou metódy postupného riešenia problémov krok za krokom. Všetky výsledky sa zaznamenávajú na spoločný blok, čím je zabezpečený ľahký prístup pre všetkých.

Každá výzva je prepojená s kritériami celoškolského prístupu k stravovaniu, čo školám pomáha priamo napredovať k dosahovaniu kľúčových cieľov. Tento prístup založený na spolupráci vytvoril veľké množstvo nápadov a riešení, pričom mnohé školy čelia podobným výzvam.

Účastníci, ktorí pôsobia ako riešitelia problémov a odborníci, zdieľajú cenné postrehy a skúsenosti, čo pomáha podnecovať významné zmeny v školách vo Viedni.



ORTAGGI:
 Descrivi il ortaggio che c'è nel piatto:
 Nome: ZUCCHINA
 Profumo: SALEVATO
 Sapore: SALEVATO

Elenca le ricette che ti piacciono molto il cui ingrediente è un ortaggio:
 1 _____
 2 _____
 3 _____

FRUTTA:
 Descrivi il frutto che c'è nel piatto:
 Nome: _____
 Profumo: _____
 Sapore: _____

Elenca le ricette che ti piacciono molto il cui ingrediente principale è un frutto:
 1 _____
 2 _____
 3 _____

Durante il laboratorio ho imparato a...
 E HO USATO: _____
 E HO USATO: _____
 E HO USATO: _____

Jedlo a udržateľnosť

Pilier B celoškolského prístupu k stravovaniu



Školy v celej Európe sú centrom poskytovania jedla pre študentov a ponúkajú všetko od raňajok, teplých jedál a sendvičov až po občerstvenie. Zatiaľ čo niektoré z týchto programov sú financované štátom alebo školou, mnohé sa však spoliehajú výlučne na platby od rodičov a opatrovateľov. V snahe sprístupniť jedlá rodinám v núdzi, školy často znižujú náklady, čo niekedy vedie ku kompromisom v kvalite.

Tým sa však výzva nekončí. Obedáre sú často naplnené menej výživnými jedlami a v mnohých školách chýba vyhradený priestor, kde by si žiaci mohli v pokoji vychutnať jedlo. V skutočnosti čoraz viac žiakov prichádza do školy bez obeda alebo sa vydáva do blízkych bufetov či fastfood reštaurácií - alebo ešte horšie, sedia na hodinách hladní.

Tento pilier je zameraný na premenu školského stravovania na oázu zdravia a rovnosti. Jeho cieľom je vytvoriť v školách bezpečné a príjemné priestory, kde si každý žiak, bez ohľadu na svoj pôvod, môže vychutnať výživný obed - či už ho poskytuje škola alebo si ho prinesie z domu.

Cieľom je zabezpečiť, aby každé ponúkané jedlo bolo nielen chutné a vyvážené, ale aby spĺňalo aj vysoké štandardy udržateľnosti a malo maximálny environmentálny aj sociálny prínos. Podporou prostredia, v ktorom sú zdravé a udržateľné potraviny dostupné a atraktívne, dávame študentom možnosť učiť sa o lepších stravovacích návykoch a prijať ich do svojho života.

“Podporovaním prostredia, v ktorom sú zdravé a udržateľné potraviny nielen dostupné, ale aj atraktívne, dávame študentom možnosť učiť sa o lepších stravovacích návykoch a prijať ich.”

Školy v Gente sa stali šampiónmi udržateľnosti s chutnými inováciami na rastlinnej báze

#Progresívna expozícia a obehové varenie



Gent / Belgicko * ellen.vantomme@stad.gent



V rámci energického smerovania k zelenejšej budúcnosti "GO! Middle School" a "GO! Atheneum Voskenslaan" v Gente spájajú svoje sily prostredníctvom projektu SchoolFood4Change, aby revolučne zmenili svoje ponuky jedál. Inšpirované nadšenou spätnou väzbou od študentov sa školy rozhodli pre zdravšie a udržateľnejšie jedlá s novým prvkom: rastlinnými nátierkami na sendviče.

Ich iniciatíva naberá na obrátkach zavedením **"štvrtkového dňa zeleniny", odvážneho podujatia, ktoré očarilo študentov 1 550 rastlinnými hriankami s chutnými nátierkami vyrobenými z hlavy ustricovej, ktorá pochádza od miestnej belgickej spoločnosti.** Tento inovatívny prístup nielen poteší chuťové poháriky, ale aj podporuje udržateľnosť.

V rámci svojho trvalého záväzku budú študenti na základe prieskumov naďalej formovať a vylepšovať jedálny lístok, čím sa zabezpečí stály prísun výživných a vegetariánskych jedál. Toto spoločné úsilie je vynikajúcim príkladom toho, ako môžu školy viesť k zdravšej planéte, každý chutný kúsok po kúsku.



Jedlá bez odpadu: Ako študenti vedú boj proti plytvaniu potravinami

#Potravinové preferencie

Viimsi / Estónsko * Liina.Savolainen@randverekool.edu.ee



V minulom školskom roku sa "Randvere School" zamerala na transformáciu školského stravovania a minimalizáciu plytvania potravinami. Cieľ? Zabezpečiť, aby čo najmenej potravín skončilo v koši - v ideálnom prípade žiadne!

Aby čelili tejto výzve, študenti vytvorili pútavé tabule a plagáty pre školskú jedáleň, ktoré **vyzývajú všetkých, aby si vzali len toľko jedla, koľko plánujú zjesť**. Cieľom týchto kreatívnych upozornení je podnietiť premyslené naberanie porcií a znížiť množstvo odpadu.

“Podporovaním povedomia a zodpovednosti tieto jednoduché, ale účinné pripomienky majú za cieľ inšpirovať zmenu smerom k premyslenejším stravovacím návykom.”

Nové značky už vzbudili záujem a nadšenie medzi študentmi a zamestnancami. Podporovaním povedomia a zodpovednosti tieto jednoduché, ale účinné pripomienky majú za cieľ inšpirovať zmenu smerom k premyslenejším stravovacím návykom. Škola dúfa, že s účasťou všetkých uvidí významný pokles potravinového odpadu a pozitívny vplyv na ich stravovacie návyky.







Od semien po tanier v Miliáne, Taliansko / foodpolicy@comune.milano.it

Organické pôžitky: Škola Jean Moulin je lídrom v oblasti udržateľného školského stravovania

#Progresívna expozícia a obehové varenie



Dordogne / Francúzsko * v.demaison@dordogne.fr

V škole "Jean Moulin" v Périgueux v Dordogne je školské stravovanie nielen chutné, ale aj 100 % ekologické a pochádzajúce z lokálnych zdrojov. Od roku 2022 šéfkuchár Jérôme a jeho tím pripravujú denne viac ako 200 jedál z **čerstvých surovín od miestnych poľnohospodárov, čím prekonávajú regionálnu požiadavku 20 % ekologického poľnohospodárstva. V rámci ich prístupu, ktorý je založený na nulovom odpade, sa opätovne využíva všetko, od stvrdnutého chleba až po celé zvieracie telá.**

Miestne oddelenie na podporu tohto prechodu pridelo tzv. lietajúcich kuchárov, ktorí školám pomáhajú prejsť na 100 % ekologické a domácim spôsobom pripravené jedlá. Bola tiež vytvorená skupina WhatsApp, kde školskí kuchári aktívne zdieľajú svoje skúsenosti a inšpirujú sa navzájom, čím sa podporuje spolupráca a vytvára sa komunita varenia.

“Bola vytvorená skupina WhatsApp, kde školskí kuchári aktívne zdieľajú svoje skúsenosti a inšpirujú sa navzájom, čím sa podporuje spolupráca a vytvára sa komunita varenia.”



Mimo kuchyne sa študenti zapájajú do aktivít, ktoré ich učia o prírode a udržateľnom stravovaní, vďaka čomu je škola Jean Moulin skvelým príkladom celoškolského prístupu k stravovaniu. Táto iniciatíva inšpiruje k zdravším návykom a väčšej úcte k planéte v rámci celej EÚ.

Udržateľné a inkluzívne jedlá s miestnym nádychom

#Progresívna expozícia a obehové varenia

Leuven / Belgicko * marlieke.bender@leuven.be



Minulý školský rok tri základné školy v Leuvene vzbudili pozornosť zavedením plne vegetariánskeho programu teplých jedál. Tieto chutné jedlá, pripravované od základov miestnym stravovacím podnikom Food Atelier César, boli do škôl doručené prostredníctvom ekologických (nákladných) bicyklov.

Na základe tohto úspechu sa v školskom roku 2024/2025 k iniciatíve pripojila stredná škola, pričom ponúka 50 teplých jedál denne, s možnosťou rozšírenia podľa rastúceho dopytu. **Jedlá sú ponúkané za odstupňované ceny, čím sú dostupné pre všetkých študentov**, bez ohľadu na ich sociálno-ekonomické zázemie.

“Táto iniciatíva určite nastavuje vysokú latku pre udržateľné a inkluzívne školské stravovanie!”

Majiteľ cateringovej spoločnosti Tom Berghmans podporuje projekt ponúkaním workshopov varenia pre študentov a vyvíja program, ktorý bude čoskoro dostupný pre všetky školy v Leuvene, čím zabezpečí, že jeho vplyv ďaleko presiahne hranice kuchyne.

Čerstvé, zábavné a plodné: Jednoduchá zmena s veľkým dopadom

#Aktívne učenie



Schaarbeek / Belgicko * annelies.smets@rikolto.org

"S trochou kreativity môžu školy inšpirovať k zdravým a ekologickým rozhodnutiam, ktoré pretrvávajú celý život."



V škole Gemeenteschool De Kriek je propagácia zdravých návykov najvyššou prioritou. Dvakrát denne - raz o 10.00 hodine a druhýkrát na konci dňa - si študenti môžu vychutnať čerstvé ovocie v rámci jednoduchého a cenovo dostupného predplatného, ktoré stojí len 5 € mesačne.

Tajomstvo tohto úspechu spočíva v Miloude, školskej kuchárke, ktorá s láskou krája a podáva ovocie. Od začiatku tohto projektu si učitelia všimli, že sa výrazne zvýšilo množstvo ovocia, ktoré deti zjedia. **Tento malý, premyslený krok priniesol veľký rozdiel a premohol prestávku na občerstvenie na nič, na čo sa deti tešia.**

Zakázaním sladkostí a eliminovaním odpadu z obalov, škola nielen pomáha deťom osvojiť si zdravšie stravovacie návyky, ale aj robí kroky k udržateľnejšej budúcnosti. Táto šikovná iniciatíva dokazuje, že s trochou kreativity môžu školy inšpirovať k zdravým a ekologickým rozhodnutiam, ktoré pretrvávajú celý život.



GRÜNZEUG

SnackSmart: Workshop für Student*innen der Universität zu Köln, Köln, 14.05.2024

Chuť na školské jedlá: Norra Ålidhemsolan zvyšuje účasť študentov

#Aktívne učenie



Umeå / Švédsko * jonathan.nyberg@umea.se



V škole Norra Ålidhemsolan bolo zabezpečenie väčšej účasti študentov na školských jedlách jednou z hlavných priorít. Škola úspešne zaviedla niekoľko iniciatív, ktoré ju urobili lídrom v obci Umeå v počte žiakov, ktorí sa denne zúčastňujú na stravovaní, pričom jednou z výnimočných stratégií je používanie ochutnávacích lyžičiek.



Každé jedlo má pri je pri servírovanom pulte nádobu s ochutnávacími lyžičkami, ktoré študentom umožňujú ochutnať pokrmy predtým, ako sa rozhodnú pre plnú porciu. Tento jednoduchý, ale účinný nápad zmenil postoj študentov k vyskúšaniu nových jedál. Predtým mnohí študenti vynechávali jedlá, s ktorými neboli oboznámení, ale teraz im príležitosť ochutnať predtým, než si naložia, pomáha vyskúšať a užiť i širšiu škálu možností .

Iniciatíva ochutnávacích lyžičiek viedla k výraznému zvýšeniu počtu študentov, ktorí si vyberajú a vychutnávajú školské jedlá, vďaka čomu sa Norra Ålidhemsolan stala vzorom toho, ako malé zmeny môžu viesť k veľkým zlepšeniam v oblasti školského stravovania.

Zelená revolúcia v Lyone: Školy sú lídrami v udržateľnom stravovaní

#Progresívna expozícia a obehové varenie

Lyon / Francúzsko * estelle.jacq@mairie-lyon.fr



Lyon pripravuje vo svojich školách zelenú revolúciu. V rámci svojho ambiciózneho akčného plánu pre udržateľné stravovanie sa mesto zameriava na riešenie organického odpadu. Minulý školský rok už 70 % lyonských školských reštaurácií recyklovalo organický odpad, pričom odvážnym cieľom je pokryť všetkých 209 škôl do roku 2026.

Žiaci základných škôl sa nielen učia o odpade - aktívne sa zúčastňujú na triedení potravinových zvyškov od ostatného odpadu, čím sa učia priamo o vplyve potravinového odpadu. Triedený odpad je zbieraný miestnym poskytovateľom a premenený na kompost, čím sa uzatvára kruh udržateľnosti.

Lyon sa však nezastavuje len pri tomto záväzku. Školy sa tiež spájajú s miestnymi charitatívnymi organizáciami, aby prostredníctvom darov bojovali proti plytvaniu potravinami. Prebytočné potraviny sú darované organizácii 'Restos du cœur' a sú zverejnené na digitálnej platforme Proxidon, ktorá spája školy s miestnymi potravinovými bankami. Iba v školskom roku 2022/2023 sa zachránilo 16 ton jedla pred plytvaním, ktoré boli prerozdelené tým, ktorí to najviac potrebujú.

Školy v Lyone dokazujú, že udržateľnosť sa začína vzdelávaním a činmi - jedno jedlo, jeden kompostovací kôš a jedna darovaná porcia naraz!



Vzdelávanie a učenie

Pilier C celoškolského prístupu k stravovaniu



Vzdelávanie o potravinách a potravinových systémoch je vstupnou bránou k pochopeniu troch pilierov udržateľného rozvoja: environmentálneho, sociálneho a ekonomického. Ponorením detí do teoretických aj praktických aspektov potravín - ako je varenie, pestovanie a skúmanie ich environmentálneho dopadu - im poskytujeme vedomosti a zručnosti, ktoré im umožnia robiť informované rozhodnutia. Tieto rozhodnutia ovplyvnia nielen ich vlastné zdravie, ale aj blaho našej planéty, a to teraz aj v budúcnosti.

Učenie detí o zdravej výžive, welfare zvierat a etických aspektoch potravín podporuje hlbšie povedomie o ich rozhodnutiach. **Podnecuje ich, aby kriticky premýšľali o svojom stravovaní a širších otázkach týkajúcich sa potravín a zdravia, čím podporuje premyslenejší prístup k potrebe.**

Avšak, aby sa toto transformačné vzdelávanie uchytilo, je nevyhnutné, aby celý školský tím - vrátane učiteľov, pracovníkov stravovania a ďalšieho personálu - rozvíjal zručnosti potrebné na to, aby mohol žiakov v tomto procese viesť a podporovať študentov. Zabezpečením, že pedagógovia a zamestnanci budú dobre pripravení, kladieme základy pre silný a vplyvný program vzdelávania o potravinách, ktorý bude prínosom pre všetkých zúčastnených.

“Ponorením detí do teoretických aj praktických aspektov potravín im poskytujeme vedomosti a zručnosti, ktoré im umožnia robiť informované rozhodnutia.”

Ruky v mandarínkovej múke: Senzorický vzdelávací zážitok

#Aktívne učenie

Zaragoza / Španielsko * einfantil-vientos@zaragoza.es



V Zaragoze škola "E.I. Los Vientos" používa múku z mandarínkovej kvetiny ako kontinuálny, senzorický a aromatický materiál vo svojich triedach. Tento hravý a pútavý prostriedok poskytuje bohatý senzorický zážitok prostredníctvom manipulácie a vône, čím podporuje učenie a objavovanie.



1/ Senzorická hra

Mandarínková múka sa používa v "experimentálnych podnosoch", čím poskytuje jedinečnú príležitosť na senzorickú hru a experimentovanie.

2/ Recyklácia a spolupráca

Mandarínková múka je vyrobená z recyklovaných mandarínkových šupiek zozbieraných zo školy a domácností. Tento zdroj nielen zdôrazňuje význam udržateľnosti a zapojenia rodiny, ale je aj skvelým spôsobom, ako znížiť plytvanie potravinami a straty.

3/ Jednoduchý proces

Šupky sa sušia v blízkosti zdroja tepla a následne sa rozdrvia, aby sa vytvorila požadovaná štruktúra.

"Táto iniciatíva obohacuje vzdelávacie prostredie a podporuje spojenie medzi udržateľnosťou a senzorickým objavovaním v predškolskom vzdelávaní."

Študenti sú lídrami v oblasti zdravých predajných automatov

#Aktívne učenie



Antverpy / Belgicko * leen.tyrions@rikolto.org

Skupina 15- až 16-ročných študentov sa odvážnym krokom zameraným na podporu zdravších návykov ujala zriadenia nového automatu na zdravé jedlo v ich škole. Tento projekt, ktorý nahrádzal staré, nezdravé občerstvenie, je úplne v rukách študentov, čím im poskytuje praktické skúsenosti v oblasti správy zásob, marketingu a propagácie.

Starajú sa nielen o to, aby bol automat vždy dobre zásobený výživným občerstvením, ale tiež sa starajú o ceny, aby bolo všetko cenovo dostupné. Z malého zisku sa dokonca financovala študentská exkurzia, čo bolo odmenou za ich tvrdú prácu a oddanosť.

Táto iniciatíva nie je len o zdravom stravovaní - študenti v kurzoch logistiky a marketingu získavajú cenné praktické zručnosti z reálneho života. **Tým, že riadia všetko od výberu produktov až po hodnotenie, sa učia, ako viesť podnik a zároveň propagovať pohodu medzi svojimi rovesníkmi.** Tento projekt dokazuje, že zdravé voľby môžu byť zároveň posilňujúce a vzdelávacie!





Ci.Buo: Dobré jedlo pre planétu aj žiakov

#Aktívne učenie



Nuoro / Taliansko * sara.porru@comune.nuoro.it

Mesto Nuoro s hrdosťou predstavuje program Ci.Buo, ktorý je súčasťou projektu SF4C a je navrhnutý na podporu zdraveho a udržateľného stravovania medzi deťmi vo veku 5 - 14 rokov. Názov Ci.Buo je vtipná hra so slovami, ktoré spájajú talianske slová Cibo (jedlo) a Buono (dobré), čím zdôrazňuje zameranie programu na podporu dobrého jedla pre planétu aj pre žiakov.

Od decembra 2023 do mája 2024 ponúkol program Ci.Buo **12 interaktívnych a neformálnych vzdelávacích modulov, ktoré zapájali žiakov do rôznych praktických aktivít.** Tieto moduly boli v súlade s implementáciou celoškolského prístupu k stravovaniu v školách a tiež prepojené aj s iniciatívou Farm-to-School Twinnings, pričom zahŕňali školenia pre školy. Program vyvrcholil slávnostnými Dňami školskej jedálne.

Kľúčové moduly:

- M0: Od mlieka k syru: študijná cesta a workshop
- M1: Zdravá a vyvážená strava: znalosť potravinovej pyramídy
- M2: Zdravá a vyvážená strava: rastlinný prístup
- M3: Strukoviny: dobré, čisté a spravodlivé
- M4: Prehliadka na objavovanie miestnych bylín
- M5: Význam vody
- M6: náš každodenný miestny chlieb: použime ho znova!
- M7: Hra spravodlivých potravinových dodávateľských reťazcov
- M8: Pablo, superbanán
- M9: Výlet s kakaom
- M10: Od ucha k chlebu: študijná cesta a workshop
- M11: Gaštan a jeho produkty (doplnkový modul)



Prostredníctvom týchto modulov študenti skúmali rôzne témy, od miestnych potravín až po globálny potravinový systém, a získali cenné poznatky o význame udržateľného stravovania.

Obnova jedálne: Premena jedáľenského priestoru pomocou kreativity a farieb

#Aktívne učenie

Tallinn / Estónsko * muutustejuh@mahtrakool.edu.ee



V škole "Mahtra" v Tallinne **sa študenti rozhodli aktívne zapojiť do premeny školskej jedálne na príjemný a lákavý priestor**. Projekt renovácie, ktorú viedli samotní študenti, zahŕňal vymaľovanie stien a stropu, čím sa vytvorila príjemná a hrejivá atmosféra.

Zapojením sa do tohto kreatívneho procesu deti nielen prispeli k novému vzhľadu jedálne, ale naučili sa aj hodnotu tímovej práce a osobného zapojenia do svojho prostredia. Aktualizovaný dekor vytvoril príjemnejší zážitok z jedla pre všetkých.

Pridaním dotyku zelene, študenti pestujú bylinky v kvetináčoch na okenných parapetoch, čím ešte viac zlepšujú šarm a funkčnosť jedálne. Tento projekt zdôrazňuje silu zapojenia študentov do formovania ich prostredia, čím sa z jedla stáva príjemný a interaktívny zážitok.

*“Deti prispeli nielen k novému vzhľadu jedálne,
ale naučili sa aj hodnotu tímovej práce a osobného
zapojenia do svojho prostredia.”*

Lekcie farmárskeho života: Študenti gymnázia Veres Pálné skúmajú udržateľnosť

#Aktívne učenie



Budapest / Maďarsko * tohtarnawaveronika@gmail.com

Siedmici zo školy 'Veres Pálné' sa zúčastnili vzručujúcej vzdelávacej exkurzie na rodinnú farmu v Pomáze, neďaleko Budapešti. Farma sa zameriava na zdravú produkciu potravín, minimalizáciu používania pesticídov a zabezpečenie dobrých životných podmienok zvierat. Študenti sa dozvedeli o udržateľných postupoch farmy, od kŕmenia kráv výlučne senom až po rotačné hnojenie s využitím maštalného hnoja.



Študenti preskúmali moderné poľnohospodárske zariadenia, vrátane automatického dojacieho stroja, ktorý monitoruje zdravie kráv a kvalitu mlieka. Po praktických skúsenostiach s prevádzkou farmy, si pochutnali na čerstvých mliečnych výrobkoch, džemoch a mäsách vyrobených priamo na farme, pričom záver exkurzie patril chutnému obedu pripravenému z miestnych surovín.

Táto návšteva nielen poskytla hlbšie pochopenie udržateľného poľnohospodárstva, ale tiež zmysluplne spojila študentov so zdrojom ich potravy.



Celoškolský prístup k stravovaniu v číslach



1 holistický prístup kombinujúci 4 pilieri

- A. Zásady vedenia
- B. Jedlo a udržateľnosť
- C. Vzdelávanie a učenie
- D. Komunita a partnerstvo

3 témy

- 1. Progresívna expozícia a obehové varenie
- 2. Aktívne učenie
- 3. Potravinové preferencie

12

krajín zúčastňujúcich sa
na SF4C

21

partnerských miest,
ktoré implementujú
WSFA

3 000

oslovených škôl

43

partnerov projektu

600 000

oslovených žiakov

200

škôl, ktoré chcú získať
bronzové ocenenie
WSFA

Január 2022

Začiatok projektu

Začiatok roka 2023

Do projektu sa pridalo 20 replikačných miest z Európy, Afriky, Južnej Ameriky a Oceánie. Odteraz bude každé partnerské mesto spojené s replikačným mestom.

December 2025

Ukončenie projektu

Čo sme doteraz dosiahli?



Dobrá školská politika stravovania



Menej potravinového odpadu



Viac vedomostí o potravinách



Boj proti klimatickej zmene



Boj proti obezite



Spájanie prostredníctvom kulinárskej rozmanitosti

... ešte tam nie sme!

Aby školy mohli implementovať celoškolský prístup k stravovaniu, potrebujú podporu od miestnych, regionálnych a národných vlád. Vyzývame vlády, aby vytvorili rámec, ktorý umožní implementáciu celoškolského prístupu k stravovaniu.

Cesto, úsmevy a hroziienka: Deti z Kita Abenteuerland skúmajú umenie pečenia

#Aktívne učenie



Essen / Nemecko * vera.stoebel@gha.essen.de

"Po dvoch hodinách zábavy a múky odchádzali deti z pekárne s taškami plnými žemlí a s hlavami plnými príbehov."



Minulú jar deti z "Kita Abenteuerland" zažili nádherné dobrodružstvo v ekologickej pekárni Troll Organic Bakery v Essene-Werdene, kde objavili čaro ich obľúbených žemlí. Nielenže sa pozreli do zákulisia výroby ich každodenného chleba, ale aj sa dozvedeli sladké tajomstvo, ako sa čokoláda dostáva do ich obľúbených čokoládových žemlí!

Zvedavé deti zasypali ekologického pekára Thomasa Langa otázkami: Ako sa miesi cesto? Ako horúca je pec? Prečo z nej stúpa para? Thomas s úsmevom odpovedal na každú otázku, a dokonca nechal deti vyhrnúť si rukávy a vytvoriť si vlastné hroziennkové žemle.

Po dvoch hodinách zábavy a múky odchádzali deti z pekárne s taškami plnými žemlí a s hlavami plnými príbehov. Od obrovského háku na cesto až po obrovskú misu na miešanie si deti budú pamätať deň s Thomasom, priateľským pekárom, ktorý každý utorok prináša do škôlky **čerstvé, 100 % bio pečivo**.

Bzučanie vedomosťami: Ako jedna škola osladila vedu o vzdelávanie o potravinách

#Aktívne učenie

Brezová pod Bradlom / Slovensko * alenapotuckova@gmail.com



Na Základnej škole Dr. Štefana Osuského sa nedávno uskutočnila vzrušujúca kombinácia vedy a výživy. Miestny včelár sa podielil o pútavé príbehy o mede a životne dôležitých úlohách včiel medonosných a včiel samotárskych. **Prostredníctvom dynamickej súťaže sa žiaci a ich rodiny ponorili do fascinujúceho sveta týchto dôležitých opeľovačov a získali jedinečný pohľad na ich význam pre biodiverzitu.**

Podujatie sa skončilo sladkým, zdravým pohostením, ktoré bolo poctou úsilovným včelám, ktorých úsilie je kľúčové pre udržanie ekologickej rovnováhy. Prváci dokonca oslávili túto udalosť veselou piesňou o včelách, ktorá zdôraznila ich nezastupiteľnú úlohu v našom svete: "Bez teba maličká - nebude zdravia. Ďakujeme ti, malá včielka, že pracuješ tak tvrdo, bez teba, malá včielka, by nebolo sveta".

K zaujímavostiam tohto dňa prispela aj návšteva žiakov prvého stupňa v školskej kuchyni, kde sa dozvedeli, ako sa pripravujú každodenné jedlá, a podielili sa s kuchárkami o svoje obľúbené a neobľúbené jedlá.

Tento deň plný učenia a zábavy získal vynikajúce ohlasy rodičov aj žiakov. Pozitívna odozva je zárukou, že takéto obohacujúce aktivity budú na Základnej škole Dr. Štefana Osuského prosperovať aj naďalej.





Varenie pre zdravšiu budúcnosť:

Ako CEIP Port de Xàbia vedie v oblasti vzdelávania o výžive

#Aktívne učenie

Xàbia / Španielsko * paola.hernandez@mensacivica.com



CEIP Port de Xàbia je priekopníkom inovatívneho prístupu k vzdelávaniu o výžive prostredníctvom pilotného projektu Centier varenia, ktorý má za cieľ podporovať celoživotné zdravé, udržateľné a miestne stravovacie návyky vo verejných materských a základných školách.

Na dosiahnutie týchto cieľov škola vybudovala plne vybavenú školskú kuchyňu, v ktorej sa žiaci učia nielen základné kuchárske zručnosti, ale aj spoznávajú pôvod svojich potravín a ich vplyv na životné prostredie. **Táto praktická skúsenosť učí deti, ako pestovať, pripravovať a konzumovať zdravé jedlá a umožniť im, aby robili múdre rozhodnutia pre svoje vlastné zdravie a zdravie planéty.**

Podporované výskumným projektom CUINNOVART, ktorý integruje varenie, inovácie a umenie do učebného plánu, sa CEIP Port de Xàbia počas dvoch školských rokov venuje rozvoju komplexnej vízie vzdelávania v oblasti stravovania. Táto iniciatíva je v súlade s pokynmi LOMLOE, čím zabezpečuje, že študenti získajú základné zručnosti na udržanie vyváženej a udržateľnej stravy, pričom sa naučia odolávať nezdravým návykom podporovaným konzumnou kultúrou.



"Učením týchto dôležitých životných zručností od útleho veku, CEIP Port de Xàbia kladie základy zdravšej a udržateľnejšej budúcnosti pre svojich študentov."

Tancovaním k zdraviu: Ako CEIP Manuel Riquelme posilňuje mysle a telá

#Aktívne učenie



Alicante / Španielsko * 03007042@edu.gva.es



Každé ráno v CEIP Manuel Riquelme začína školský deň prívalom energie a zábavy. O deviatej hodine ráno si žiaci odložia svoje veci a zhromaždia sa na ihrisku na živú tanečnú hodinu, **ktorej cieľom je stimulovať ich mozog prostredníctvom fyzickej aktivity**. Po tanci si vychutnajú osviežujúci kúsok ovocia, čím posilňujú spojenie medzi pohybom a zdravým stravovaním.

Táto rutina dokonale ladí so školskými zvyklosťami pri obede, kde 90 % žiakov denne konzumuje kúsok ovocia. Iniciatíva "Neuroscience in Movement" (Neuroveda v pohybe) je momentálne predmetom vedeckej štúdie, ktorú vedie Katolícka univerzita v Murcii (UCAM) a zapája aj ďalšie školy.

K spoločenskému duchu sa každý piatok pridávajú aj rodičia, ktorí sú pozvaní zúčastniť sa ranného tanca, čím sa táto aktivita stáva zábavnou a zdraviu orientovanou činnosťou pre celú školskú komunitu. CEIP Manuel Riquelme vedie cestu k vytváraniu zdravších a šťastnejších žiakov prostredníctvom pohybu a výživy.

Komunita a partnerstvo

Pilier D celoškolského prístupu k stravovaniu



Tento pilier zdôrazňuje **dôležitosť vytvárania silných partnerstiev s rôznymi aktérmi. Vplyv školských stravovacích programov je výrazne zosilnený, keď sa do nich zapojí široká koalícia** - nezameriavame sa len na rodičov, ale zahrňme aj miestnu samosprávu, maloobchodníkov s potravinami, bufety, farmy, komunitné organizácie a susedské výbory.

Zameranie sa presahuje len jednoduchý výber zdravých potravín. Ide o oslavu bohatej škály kvalitných potravín a uznanie ich úlohy pri oslavách významných okamihov v rôznych kultúrach. Spoluprácou týchto partnerov sa vytvára živá, podporná potravinová sieť v okolí školy.

Základom prístupu Whole School Food je presvedčenie, že kvalitné jedlo by malo byť najjednoduchšou voľbou pre každého, bez ohľadu na to, kto je alebo odkiaľ pochádza. Podporovaním spolupráce a osláv uľahčujeme prijímanie a vychutnávanie výživných, kultúrne významných jedál.

“Podporovaním spolupráce a osláv uľahčujeme prijímanie a vychutnávanie výživných, kultúrne významných jedál.”

Sladké víťazstvo: Ako jedna škola zmenila čas na občerstvenie na zdravý návyk

#Potravinové preferencie



Vranov nad Topľou / Slovensko * lukacova@kukucinka.eu

V základnej škole Kukučínová, kde viac ako 95 % žiakov pochádza z rómskej menšiny, dochádza k pozoruhodnej zmene. Na začiatku bolo ťažké zapojiť rodičov a opatrovateľov do zdravých stravovacích návykov, ale škola túto prekážku premenila na príležitosť na transformáciu.

Ako vyriešili túto neuveriteľnú výzvu? **Príbeh školy si môžete prečítať na nasledujúcich stranách...**



66 Premeniť nevýhodu na výhodu: Inšpiratívna cesta slovenskej školy k udržateľným stravovacím návykom

1 Február 2024, schoolfood4change.eu

Tento článok poukazuje na pozoruhodné úsilie základnej školy Kukučínová, jednej zo škôl, ktoré pracujú na celoškolskom prístupe k stravovaniu v projekte SchoolFood4Change. Iniciatíva tejto školy bola ocenená a vyzdvihnutá ako výnimočný príklad ("best practice") na valnom zhromaždení vo Viedni minulý rok. Ich úspech, ktorý je teraz uvedený v našej zbierke najlepších praktík, dokazuje silu inovácií pri prekonávaní výziev a budovaní zdravšej a udržateľnejšej budúcnosti pre študentov. Všetky práva na rozhovor patria projektu SchoolFood4Change.

Na výročnom stretnutí konzorcia SchoolFood4Change (SF4C), ktoré sa konalo v októbri 2023 vo Viedni, bola prezentovaná výstava posterov osvedčených postupov zo škôl zúčastnených na projekte SF4C po celej Európe. Medzi mnohými inšpiratívnymi príspevkami bol jeden plagát, ktorý predstavoval veľmi zvláštny prípad z praxe, a bol tak ocenený tým, že bol uvedený na webovej stránke SF4C: plagát zo základnej školy Kukučínová vo Vranove nad Topľou, Slovensko.

Ich víťazný koncept? "Premeniť nevýhodu na výhodu."

Základná škola Kukučínová sa nachádza v oblasti s vysokou kultúrnou rozmanitosťou. Škola čelila výzvam pri zapájaní rodičov do zdravých a udržateľných stravovacích návykov ich detí, kvôli kultúrnym a tradičným rozdielom v stravovacích zvykoch. Škole sa však krok za krokom podarilo premeniť túto výzvu na príležitosť využitím vplyvu detí na ich rodiny.

Hlavným cieľom školy bolo zlepšiť pochopenie žiakov o hodnote potravín a využiť tieto poznatky na ovplyvnenie správania a myslenia aj mimo školy, najmä v ich rodinách. S týmto cieľom realizovali celý rad aktivít na vzdelávanie svojich žiakov, ako sú exkurzie na miestne farmy, kurzy varenia a dokonca aj "Deň včiel", počas ktorého sa žiaci učili o výrobe medu.

66

"Škola zaznamenala výrazné zlepšenie v záujme a vedomostiach študentov o potravinách. Celoškolský prístup k stravovaniu bol v tomto procese obzvlášť užitočným nástrojom, pretože široký rámec pokrýva najdôležitejšie aspekty, ktoré treba zohľadniť pri snahe dosiahnuť udržateľnejší školský potravinový systém."





Príklady aktivít alebo postupov, ktoré škola organizovala

- Organizovanie **exkurzií** k poľnohospodárom v miestnej oblasti.
- Založenie malej **zeleninovej záhrady** na školskom pozemku, ktorá žiakom umožnila priblížiť sa k potravinám, čo žiakov povzbudilo k ochutnávaniu nových potravín.
- Každodenné podávanie žiakom **čerstvého ovocia a zeleniny** a využiť to ako príležitosť oboznámiť ich s rôznymi druhmi produktov.
- **Klub varenia a kurzy varenia**, kde sa žiaci môžu zúčastniť prípravy jedál.
- Ponúkajú žiakom možnosť **pripraviť si vlastné občerstvenie** z vlastnoručne dopestovaného ovocia a zeleniny.
- Predstavenie **nových chutí** žiakom, napríklad pomocou citrónu alebo bylín na ochutenie vody.
- Zorganizovanie aktivity "**Deň včiel**", pri ktorej sa žiaci mohli stretnúť s včelárom a dozvedieť sa viac o procese výroby medu.
- Povzbudzovanie žiakov, aby si **dopestovanú zeleninu priniesli domov** a aby si domov odniesli aj semenka, aby si mohli vyskúšať pestovanie aj doma.
- **Šírenie vedomostí** o tom, na čo treba myslieť pri nákupe potravín, napríklad ako vyberať potraviny, ale aj ako správne skladovať potraviny doma.
- Poskytnutie žiakom rôznych **receptov**, ktoré si môžu vyskúšať doma.

Prístup školy je jedinečný: "Pre väčšinu našich žiakov nie je bežné, že rodič vychováva, ale skôr dieťa ovplyvňuje myslenie a postoje rodičov." vysvetlili Zdenka Lukačinová a Tatiana Lukáčová zo ZŠ Kukučínová. Toto poznanie viedlo školu k strategickému budovaniu schopnosti študentov ovplyvňovať svojich rodičov a svoje okolie.

Výsledky boli sľubné. Škola zaznamenala významné zlepšenie záujmu a vedomostí študentov o jedle. Celoškolský prístup k stravovaniu bol v tomto procese obzvlášť užitočným nástrojom, pretože široký rámec zahŕňa najdôležitejšie aspekty, ktoré je potrebné zohľadniť pri snahe dosiahnuť udržateľnejšieho systému školského stravovania.

"Vďaka našim žiakom sa informácie (o zdravom a udržateľnom stravovaní) dostávajú do ich rodín a pozitívne a vytrvalo ovplyvňujú svojich blízkych," povedali Zdenka Lukačinová a Tatiana Lukáčová.

Rada školy pre ostatné školy, riaditeľov a učiteľov, ktorí pracujú v podobných podmienkach, je mať trpezlivosť, ísť krok po kroku a veriť v silu dieťaťa ovplyvniť rodiča.

Pokiaľ ide o budúcnosť, ZŠ Kukučínová má mnoho plánov a nápadov, ktoré, ako dúfajú, sa im podarí zrealizovať, keď príde ten správny čas a zdroje. Veria v dosiahnutie zmeny a lepšej budúcnosti pre svojich študentov a ich okolitú komunitu. Škola sa teší na pokračovanie v projektoch, ktoré podporujú ich cieľ udržateľnejšieho školského stravovacieho systému.

Základná škola Kukučínová, ktorá má 22 tried v dvoch stupňoch a celkovo 465 študentov, slúži ako dobrý príklad toho, ako školy môžu zohrávať kľúčovú úlohu pri podporovaní udržateľných stravovacích návykov vo svojich komunitách. Napriek výzvam sa naďalej usilujú o zvýšenie počtu študentov, ktorí sa každý deň stravujú v školskej jedálni.

Veľké poďakovanie patrí kolegom zo SchoolFood4Change za tento skvelý článok a, samozrejme, "Základnej škole Kukučínovej" za všetku krásnu prácu, ktorú stále vykonávajú.

"Škola čelila výzvam pri zapájaní rodičov do zdravých a udržateľných stravovacích návykov svojich detí kvôli kultúrnym a tradičným rozdielom v stravovacích zvyklostiach. Napriek tomu sa škole poradilo krok za krokom premeniť túto výzvu na príležitosť využitím vplyvu detí na ich rodiny."



Chutný festival v Kodani: Oslava zdravého stravovania a komunity



#Progresívna expozícia a obehové varenie



Kodaň / Dánsko * skolemad@kk.dk

Kodaň zorganizovala niečo výnimočné - miestny festival jedla, ktorý bol navrhnutý v spolupráci s tromi živými materskými školami. Cieľom tohto zaujímavého podujatia, ktoré bolo súčasťou Kodanskej potravinovej stratégie a projektu SchoolFood4Change, bolo **podporiť zdravé a udržateľné školské stravovanie a zároveň zapojiť komunitu do chutných a vzdelávacích aktivít.**

Festival premenil miestny park na živú "párty otvorenej jedálne". Bola to krásna príležitosť pre deti, rodičov, starých rodičov, susedov a priateľov spoznať nové chute a ingrediencie, dozvedieť sa o ich pôvode a vychutnať si interaktívne zážitky z varenia.

Návštevníci festivalu mali možnosť spoznať jedinečné ingrediencie, ako napríklad chobotnicu, a ochutnať jedlá pripravené kuchármi materských škôl. Deti sa zasa mohli zapojiť do praktických činností a pomáhať pri príprave a obsluhu jedál. Potom sa zdieľali recepty, aby si každý mohol znovu doma pripraviť chutné festivalové jedlá.



Spojenie prostredníctvom jedla: Komunitné podujatia materskej školy Veltěze

#Aktívne učenie

Veltěže / Česká republika * reditelka@msvelteze.cz



V materskej škole Veltěže je rozvíjanie pocitu komunity rovnako dôležité ako rozvíjanie mladých myslí. V tomto školskom roku riaditeľka a učiteľia vytvorili sériu špeciálnych podujatí, ktoré majú za cieľ **zapojiť rodičov a opatrovateľov do samotného srdca školského života a zároveň ukázať ich odhodlanie k zdravému a udržateľnému stravovaniu.**

“Tieto podujatia sú viac než len jedlo. Sú to príležitosti pre rodiny, aby sa spojili, podelili a oslávili hodnoty školy, ako sú zdravie a komunita.”



"Čas na raňajky" pozýva rodiny, aby sa pripojili k deťom na ranné jedlo, kde si môžu pochutnať na palacinkách, čerstvom chlebe a vynikajúcich žemlách, ktoré pripravujú obetavi učiteľia a kuchári. Je to chutný spôsob, ako sa spojiť a spoznať živú kultúru stravovania v škole.

Ďalším vrcholom je "Čas na večeru", špeciálny večer, počas ktorého sa rodiny stretávajú, aby si vychutnali jedlo pripravené žiakmi a školským personálom. Medzi posledné jedlá patrili nachos so salsou omáčkou, brokolicový krém, pečená ryba so zeleninovými hranolkami, a dokonca aj vafle s ovocím. "Ďakujeme všetkým rodičom a opatrovateľom za krásny večer pri jednom stole," hovorí Eva, riaditeľka materskej školy.

Chuť školy: Ako Klagshamnskolan zblízuje rodiny pri stole

#Progresívna expozícia a obehové varenie



Malmö / Švédsko * andrea.razzaboni@malmo.se



V škole "Klagshamnskolan" v Malmö sa budovanie silnejších komunitných väzieb a šírenie vedomostí o zdravom stravovaní stalo chutnou záležitosťou. Škola nedávno usporiadala špeciálne podujatie s ochutnávkou jedál pre rodičov a opatrovateľov žiakov štvrtého ročníka, s cieľom preklenúť priepasť medzi opatrovníkmi a školským stravovaním.

Počas večerného stretnutia boli všetci pozvaní na pestrý šalátový bufet, ktorý bol odrazom toho, čo študenti ochutnali v ten deň v školskej reštaurácii. Bufet obsahoval pestrý výber 10 rôznych druhov zeleniny a šalátov, pričom obsahoval sezónne produkty a značné množstvo ekologických surovín.

Odpoveď rodičov a opatrovateľov bola mimoriadne pozitívna. Boli nadšení chuťou a kvalitou jedla a hlbšie pochopili záväzok školy k výživnému a udržateľnému stravovaniu. **Toto podujatie nielenže zlepšilo ich pochopenie školských jedál, ale tiež ich povzbudilo k tomu, aby podporovali zdravé stravovacie návyky svojich detí.**

Škola Klagshamnskolan sa teší na organizovanie ďalších takýchto zaujímavých podujatí, ktoré budú naďalej podporovať otvorenú a vítanú potravinovú kultúru v rámci školskej komunity.



Ďakujeme !

Dúfame, že príbehy a postrehy, o ktoré sme sa s vami podelili, vás inšpirovali k tomu, aby ste videli transformačný potenciál celoškolského prístupu k stravovaniu. Cesta k zdravšiemu a udržateľnejšiemu školskému prostrediu nie je len o tom, čo je na tanieri - je to o formovaní generácie, ktorá chápe a oceňuje hlboké prepojenie medzi jedlom, zdravím a planétou.

Príklady, ktoré sme preskúmali, sú viac ako len projekty - sú živým dôkazom toho, čo sa dá dosiahnuť, keď školy, komunity, organizácie, jednotlivci a vlády spolupracujú na spoločnom ciele. Angažovanosť zaniietených pedagógov, kuchárov a dodávateľov jedál, študentov, rodičov a miestnych partnerov vytvára základ potravinovej revolúcie, ktorá môže mať odozvu ďaleko za hranicami školských stien.

Keď otočíte poslednú stranu, považujte ju za východiskový bod, nie za koniec. Či už ste učiteľ, rodič, tvorca politiky alebo samotný žiak/študent, vaša úloha v tomto hnutí je neoceniteľná. Odporúčame vám, aby ste tieto myšlienky prevzali, prispôbobili a nadviazali na ne spôsobom, ktorý vyhovuje vašej vlastnej komunite. Zmena sa neudeje zo dňa na deň, ale každým jedlom, každou hodinou a každou spoluprácou sme o krok bližšie k zdravšej a udržateľnejšej budúcnosti pre všetkých.

Ďakujeme, že ste sa k nám pridali na tejto vzrušujúcej ceste. Spoločne môžeme tieto čerstvé nápady premeniť na trvalé a výrazné zmeny - jedno jedlo, jedna škola za druhou.

Rikolto v Belgicku



**It's time for
a new menu**



Spojme sa!

schoolfood4change.eu

[#schoolfood4change](https://twitter.com/schoolfood4change) [#SF4C](https://twitter.com/SF4C)

info@schoolfood4change.eu

