



MEDNARODNA KONFERENCA
„OD SEMENA, ZELENJAVE,
SADJA DO GIBANJA IN
ZDRAVJA ZA ZDRAVO SRCE“

10. 5. 2018, RADENCI

ODGOVORNO VEDENJE DO HRANE ŽE V VRTCU



VRTEC „Otona Župančiča“
Slovenska Bistrica

Avtor: Mojca Lorenčič, dipl. vzgojiteljica

MOJI ZAČETKI VKLJUČITVE V PROJEKT - ODGOVORNO S HRANO



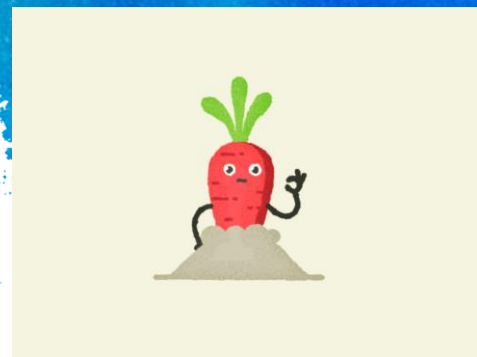
Sam projekt me je pritegnil že s svojim naslovom - ODGOVORNO S HRANO.

Gre za mednarodni projekt, v katerem poleg slovenskih ekošol sodelujejo tudi ekošole iz držav: **Bolgarije, Češke, Hrvaške, Latvije, Malte, Poljske, Romunije in Hrvaške.**

Njegov namen pa je „izobraziti“ otroke, kako odgovorno porabiti hrano.

SKOZI VSA TA LETA PROJEKTA SMO:

- spoznali lokalno pridelavo;
- spremljali poreklo živil v trgovinah;
- pripravljali domači kruh, zdrave pice in napitke;
- izvajali ukrepe za zmanjševanje zavržene hrane- tehtali;
- likovno, literarno in glasbeno ustvarjali na temo hrane;
- obiskovali lokalne pridelovalce v našem kraju;
- izvajali štafeto semen, samooskrbo in izmenjavo sadik;
- organizirali zaključne prireditve za starše in lokalno skupnost.



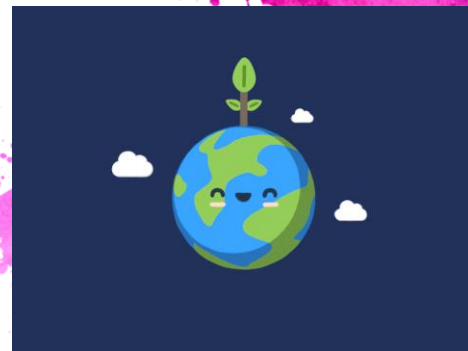
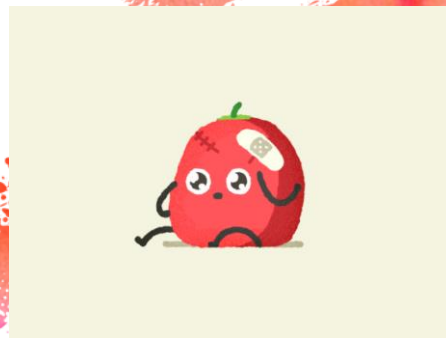
DRUŽINA HRČEK SE PREDSTAVI

- **Družina Hrček** je bila izhodiščna in motivacijska dejavnost za otroke.
- Vzgojiteljice smo zgodbo prilagodile starosti otrok.
- Otroci so družino hrček sprejeli pozitivno in se z njo poistovetili. Le-ta jih je vodila skozi projekt kot dobro motivacijsko sredstvo.
- Svoje delo so otroci predstavljali preko plakatov.



KAJ STORITI DOMA IN V VRTCU?

- Dotaknili smo se več aktivnosti povezanih z zavrženo hrano in v našo igralnico prinesli različno literaturo iz knjižnice in tudi od doma.
- Obiskali smo **lokalno** vrtnarijo Kancler in izvedeli katere sezonske pridelke lahko kupimo pri njih.
- Pripravili smo **EKO kotichek** in sproti seznanjali naše delo v oddelku.
- Pri Tradicionalnem slovenskem zajtrku smo se dotaknili tem - jejmo lokalno, svežo in polnovredno hrano.
- S pomočjo **publikacij** iz projekta sem ozavestila otroke o posledicah prevažanja živil iz daljnih krajev sveta.
- Pogovarjali smo se, kako ravnati s hrano jo **spoštovati**, kako **zmanjšati** odpadke, kaj vse lahko naredimo iz ostankov hrane.
- Skupaj s starši smo raziskovali, iz katerih **krajev** hrana prihaja k nam v Slovenijo.
- Intervju smo naredili tudi s kuharico naše kuhinje.









STROKOVNI ODBOR PROJEKTA - ODGOVORNO S HRANO

- Odbor je sestavljal dve koordinatoriki projekta in vzgojiteljice.
- Na sestanku odbora smo **načrtovale** in **evalvirale** delo v oddelku.
- Skupno delo smo sprotno **dokumentirale** v mapi projekta.
- Z delom smo seznanjale sodelavce na sestankih, preko E – zbornice, v strokovnih aktivih...
- Starše smo seznanjale preko **oglasnih desk**, **anketnih vprašalnikov**, organiziranih delavnic, na zaključkih.
- Svoje delo smo predstavljale tudi preko stojnic lokalni skupnosti, spletne strani vrtca...



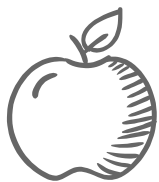
Na enem izmed sestankov je sodeloval tudi nacionalni koordinator Gregor Cerar



PRIORITETA PREHRANE V NAŠEM VRTCU

- V našem vrtcu se zavedamo, da je **raznolika** – **kvalitetna** in **ekološka** hrana pomembna za razvoj majhnih otrok.
- Živila nabavljamo sproti in sveža, vključujemo ekološke mlečne izdelke, sezonsko sadje in zelenjevo, polnozrnatne izdelke in žita, sveže meso in ribe, naravne sokove, naravne začimbe, sladice in namaze pripravljajo naše kuharice, uvajamo nove jedi in spodbujamo nabavo lokalno pridelanih živil.
- Podpiramo slovenske okoliške pridelovalce.

**PREDNOST
DAJEMO
LOKALNO
PRIDELANI
HRANI, KI JE
BOLJŠEGA
OKUSA IN
HRANILNO
BOGATEJŠA.**



DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO
Ponedeljek 6. 11. 2017	Koruzni kruh (brez aditivov, z manj soli), skutin namaz z jagodo, bela žitna kava	Kaki vanilija, banana	Otroška juha, mesno zelenjavna rižota, rdeča pesa v solati
Torek 7. 11. 2017	Kus kus na mleku, med * Mlečni kruh, medeno mleko	Koruzna žemlja, 100% pomarančni sok	Krompirjev golaž, hitre rezine s sezonskim sadjem, domač ledeni čaj
Sreda 8. 11. 2017	Črni kruh, kisla smetana, bio mešana marmelada, otroški čaj	Sadno-zelenjavni krožnik (češnjev paradižnik, hruška, kivi)	Goveja juha z ribano kašo, pražen krompir, kuhana govedina, dušeno sladko zelje
Četrtek 9. 11. 2017	Bio ovseni kosmiči na mleku s čokoladnim prelivom * Ovseni kruh, kakav	Polnozrnat keksi, bio jabolko	Paradižnikova juha z zvezdicami, sesekljana pečenka, zelenjavna priloga (grah, cvetača, krompir)
Petek 10. 11. 2017	Rženi kruh, jajčna jed, lipov čaj	Bio sadni kefir, žitni kruhki	Špinačna juha z jušnimi kroglicami, pečen file svežega lososa, krompirjeva solata s porom

* Otroci lahko izbirajo med dvema zajtrkoma.



prilagojeno za otroke starosti od 1 do 2 let



lokalno pridelana živila

KATALOG ALERGENOV SE NAHAJA NA OGLASNI DESKI ZA STARŠE!

LETO 2016

Članice odbora ob
zaključku predstavitve
projekta.





Projekt smo predstavili na lokalni ravni v neposredni bližini mestne tržnice.



Starši rešujejo skupaj z otrokom vprašalnik o prehranjevalnih navadah svojih otrok.

Povabljeni in
mimoidoči kražani
so si z zanimanjem
ogledovali plakate
ter poizkusili sveže
pripravljene
napitke.



LETO 2017

ZAKLJUČEK PROJEKTA



MISEL

Dober zgled in ustrezne navade, ki se oblikujejo v otroških letih, ostanejo celo življenje, zato rej nahranimo svet in skrbimo za planet!



Hvala za vašo pozornost.