

# ERASMUS+ PROJEKT



## FOOD IN SCHOOLS AND CLIMATE CHANGE - WHAT IS THE CONNECTION? I TAKE ACTION!

Nina Skledar, Katja Lenartič, Mojca Rankl



# KDO SMO?

- Vrtec Otona Župančiča Slovenska Bistrica je eden izmed večjih v Sloveniji.
- Povezuje štiri občine: Slovensko Bistrico, Poljčane, Oplotnico in Makole.
- Oblikovanih je **83** oddelkov:
  - 33 prvo starostno obdobje
  - 36 drugo starostno obdobje
  - 14 kombiniranih oddelkov

Skupaj imamo vpisanih več kot **1390** otrok, za katere skrbi več kot **260** strokovnih in tehničnih delavcev.



# Kaj pa prehrana?

- Prehrani otrok namenimo veliko pozornosti, saj le-ta predstavlja enega najpomembnejših dejavnikov za nemoten razvoj otroka in za varovanje zdravja. Vsa naša prizadevanja so usmerjena v zagotovitev zdrave prehrane, ki mora biti obenem **uravnotežena, varovalna, pestra in varna.**
- **Pri pripravi hrane in pijač uporabljamo pretežno sveža živila, ki ne vsebujejo zdravju škodljivih prehranskih dodatkov oz. aditivov (antioksidanti, barvila, emulgatorji, ojačevalci okusa, konzervansi, sladila ... ) ter umetnih arom!**
- Zaradi uporabe naravnih blagih začimb, ter majhnih količin soli in sladkorja je hrana nežnega okusa. Obroki hrane so vedno pripravljene sveži. V določenem deležu uporabljamo polnovredna in nerafinirana živila, kot tudi živila z manj dodane soli. V jedilnike vključujemo tako živila iz integrirane in ekološke pridelave. Ker se zavedamo pomena in kvalitete hrane, pridelane v lokalnem okolju (kratke transportne poti, zagotavljanje dobre varnosti hrane, prijaznejše kmetovanje... ), takšna živila otrokom v vrtcu pogosto ponujamo.

# Sodelovanje v projektih programa EKOŠOLE

Nina Skledar

- V bogat nabor dejavnosti našega oddelka, je bil vključen tudi tematski sklop **Mlekastično**, preko katerega sva z vzgojiteljico – pom.vzg. otrokom predstavili pot predelave mleka od lokalne kmetije do naše mize.
- Raziskovali smo izvor slovenskega mleka in mlečnih izdelkov, kako živijo krave mlekarice, preprečevali zavrženo hrano in spodbujali lokalno samooskrbo.



Vsako leto bolj se zavedam, kako pomembno je, da smo sami ozaveščeni na koliko različnih načinov lahko ohranjamo naš planet dlje časa »zdrav«.

Zelo pomembno je, da znamo in želimo to znanje predajati našim najmlajšim.



# Iz malega zraste veliko...

Katja Lenartič

- Otroke začnemo že ob prvem letu vstopa v vrtec navajati na pravilno ravnanje s hrano.
- S spodbudami vzgojiteljice, se naučijo, da se hrane ne meče po mizi in da le-ta ostane v skodelici, tudi če jim ni všeč.
- Ko so gibalno dovolj spretni, otroke navajamo na samostojnost pri pripravi ter pospravljanju pribora-to počnejo z velikim ponosom.



- Zunanje in notranje površine izkoristimo za spoznavanje poteka procesa pridobitve zelenjave in drugih vrtnin.
- Zgodaj spomladi začnemo s sajenjem semen kar v igralnici-naredimo si prenosni vrtiček. Otrok tako vsak dan opazuje proces rasti.
- Pozneje sodeluje pri presajanju sadik na prosto. Opazujemo tudi sosednji sadovnjak ter spremljamo proces rasti prvih poganjkov, nato cvetov, vse do pobiranja pridelka.





Slika pove več  
kot 1000  
besed....



# Kako do naše mize?

Obisk čebelarke.



Tradicionalni slovenski zajtrk.



## Priprava dvignjenih gred.



Življenje na kmetiji.



Eno jabolko na dan...





Učimo se od naših babic.  
Tradicionalni lokalni recepti.

Priprava... In že zadiši v naših igralnicah.





Hvala za vašo  
pozornost.

Kamnik, 6.2.2024