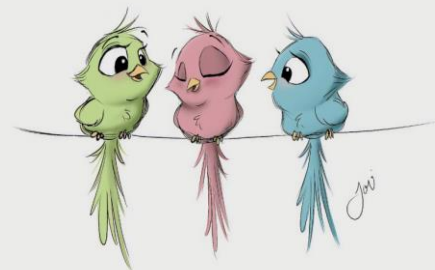


IZ PRÍRODNÝH ROK DO LAČNÝH UST

VVZ KEKEC GROSUPLJE -
skupina Ptíčkí (2-6 let) iz enote
Kosobrín





VVZ Kekec Grosuplje

- 9 organizacijskih enot
- 687 vključenih otrok

Kako pride hrana do otrok?

- 1 centralna kuhinja, ki pokriva 5 večjih enot v Grosuplju
- 1 manjša kuhinja za eno enoto - približno 75 otrok v Šmarju - Sap.
- 3 vrtci v osnovnih šolah, kjer za prehrano skrbi šolska kuhinja - Žalna, Kopanjski in Št. Jurij - približno 80 otrok



- Ekošoli in projektu Hrana ni za tjavendan smo priključeni z namenom zmanjševanja zavržkov hrane in zaradi vrednot trajnostne naravnosti.

- Projektno sta letos vanj vključeni dve enoti, sicer pa sodelujejo praktično vsi oddelki, saj je to postal že naš način življenja.

- V Ekošoli – Hrana ni za tjavendan - sodelujemo že od leta 2008, se je pa vrtec že mnogo prej prizadeval s hrano in odpadki ravnati kar se da odgovorno.



- v vrtcu deluje komisija za prehrano, kjer poteka usklajevanje interesov med zmožnostmi kuhinje in željami/potrebami otrok in zaposlenih. Nad vsem pa skrbno bedi vodja prehrane.
- Projekt poteka preko dobre informiranosti eko koordinatorjev, do tem, ki jih predelujemo v oddelkih.
- Kuhinja samostojno pripravlja vse namaze in sladice že vsaj 16 let.
 - Iz zmrznjene zelenjave so kuharice prešle izključno na svežo zelenjavo. Kupljena tudi od lokalnih pridelovalcev.
 - Skupno število odpadkov iz kuhinje se vsa leta vrti okoli 30 ton – smo pa to številko uspeli v lanskem letu zmanjšati za 4 tone.



- vse svoje znanje kot zavod radi predstavimo na sejmu Altermed, konferencah ...
- Prirajamo razne kuharske delavnice v okviru Kekčeve borze znanja (kvašeno testo, ...)
- Sodelujemo z Društvom podeželskih žena Grosuplje.
 - Kot del dnevne rutine so obiski starih staršev, staršev, ki prenašajo svoje znanje na mladi rod.
- veliko je obiskov na bližnje lokalne kmetije, kjer si otroci lahko poblíž ogledajo proizvodnjo mleka, jogurta, pridelavo zelenjave ...
- Sodelujemo z ZD Grosuplje – promotorka zdravega načina življenja s poudarkom na zdraví prehrani.

Motivacija otrok ...

Vse se začne z igro, z navdihujočo slikanico ali pa z dobro idejo ... in z aktivno udeležbo otrok ter kasnejšookusno evalvacijo izvedene aktivnosti. Seveda pa svoje naredijo tudi praznimi želodčki 😊



Aktivnosti, ki jih izvajamo: Reciklirana kuharija – nahrbtnik, zbiranje receptov, beleženje ostankov hrane doma, pisanje jedilnikov po želji otrok, estetska priprava hrane in vključevanje čutil ... Teme prilagajamo starosti otrok – lutke, branje eko knjig, aktivna obeležitev Slovenskega tradicionalnega zajtrka – obisk kmetije kjer

pridelujejo mleko, obisk pekarnice, obisk čebelarja, sadovnjaka ... Otroci se поблиžje seznanijo z delom v kuhinji in vodjo prehrane, seveda pa je vse prilagojeno strogim higienskim predpisom ...



v starejših skupinah spoznavamo prehranske piramide, mlajši spoznavajo hrano po barvah, imajo senzorne vrečke, igre spomina, se ukvarjajo z osnovnimi okusi sladko/slano, „skvačkana“ hrana, hrana iz filca ...

S skupnimi močmi oblikujemo vrtilčke zelišč, solate ali pa nizkega fižola in se preizkušamo pri svojih pridelovalnih sposobnostih ... seveda smo na svoje dosežke zelo ponosni.

Ali pa v bližnjem gozdu nabereмо košaro kostanja ...

Da bi bili pri prenašanju znanja in veščin odgovornega ravnanja s hrano uspešni moramo biti vsi udeleženci zgled in vzor našim otrokom ... Tako je obvezno dobro povezovanje vodstva vrtca, kuhinje, staršev in lokalnega okolja ...



K zmanjšanju odpadne hrane je najbolj pripomogel spoštljiv odnos otrok do hrane, ocena koliko bom pojedel (raje večkrat po malo kot enkrat preveč), zmanjševanje količin skuhane hrane, sprotno merjenje zavržkov, sprotno odjavljanje manjkajočih in pogovori na temo ... ozaveščanje in aktivna udeležba otrok in staršev, da hrana ni za tjavendan ...



RAZVIJANJE SPOŠTLJIVEGA ODNOSA DO HRANE JE
MNOGO VEČ KOT KUHARSKA DELAVNICA. JE NAČIN
ŽIVLJENJA. JE SOŽITJE ČLOVEKA Z NARAVO IN
URAVNAVANJE Z MODERNIM NAČINOM ŽIVLJENJA.
OZAVEŠČANJE IN UKREPANJE PREDNO BO
PREPOZNO - TO VSE IMA TUDI EKOŠOLA.





Od žita do kruha – otroci so se preizkusili v peki kruha.



V skupino smo povabili babico, ki nam je predala svoje znanje o zdravilnih rožicah, iz katerih smo skuhalí Kosobrinov čaj.

KOSOBRINOV ČAJ



DOBRA MIŠEL
(ZA ČAROVNICE PREGANJAT)



DUŠICA
MATERIJA

JANEŽ



KAMILICA



ZAJEMALKA



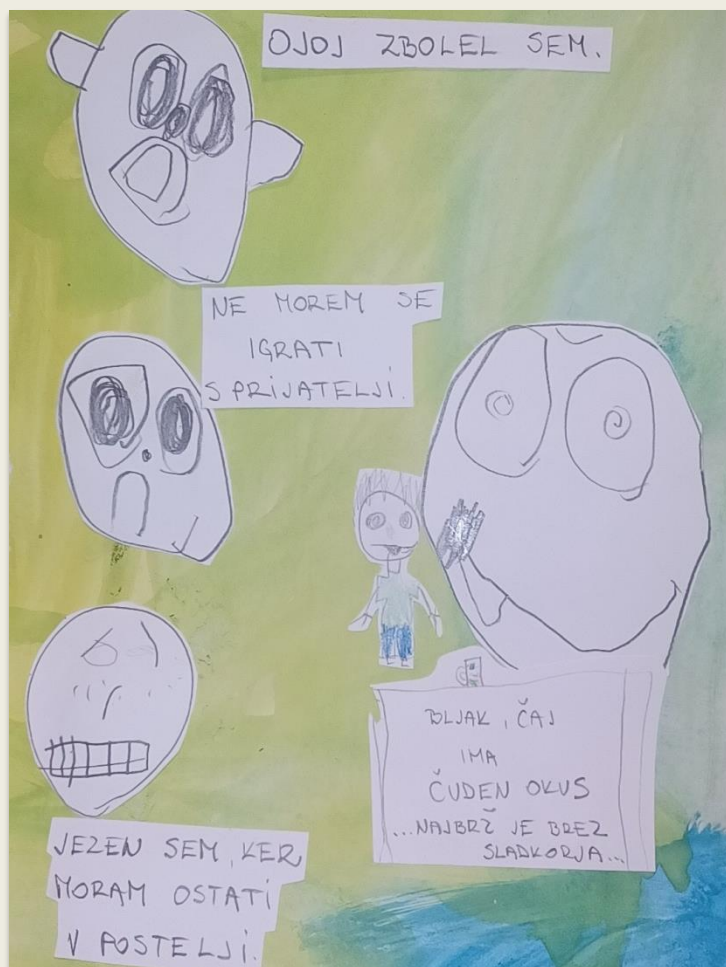
↑
LONEC
VRELE
VODE.



SKODELIČA

PUŠTIMO V POKRITI POSODI 10 MIN.

Skupaj smo naredili recept, ki smo ga kasneje delili tudi s starši.



Ker smo bili z otroki ravno v izvajanju CAP programa, to je program za ozaveščanje in opolnomočenje otrok proti nasilju,



smo se tudi pri kuhanju in pitju čaja poigrali z našimi osnovnimi čustvi.



Kosobrínova formula
dobrega počutja.

Peka piškotov, sušenje krljev, čaj ...

... kostanjev med nam je prinesla Nada, jabolka pa smo



prihраниli od preobilne malice ...

Vse izdelke smo ponudili na Kosobrinovem bazarju.



Za zaključek projekta so otroci dobili za domov delovne liste, kjer so izpolnjevali koliko hrane so zavrgli in kaj se je naredilo z ostankom hrane. So ga uporabili, dali živalim, shranili za naslednji dan, zavrgli - kam?... Mi smo naše tedenske ostanke odnesli sosedovim kokoškam.

Pa smo se odpravili z babi Danico odkrivat travnik, kar
na našem igrišču ...





Zopet smo porabili ostanke sadja in ga oplemenitili ...



Z otroki smo se podali raziskovati Indijance in ugotovili kako zelo so nam podobni. Tudi oni veliko vedo o rastlinah in živalih. Tako smo priložnostno pili Brezov sok, si naredili zdrav Kosobrinov smuti, se ob tem družili, krepili svoje znanje, spoznavali naravo, okuse in občutja in se zabavali.



HVALA ZA POZORNOST!