



SPODBUJANJE ZMANJŠEVANJA ODPADNE HRANE KOT KLJUČNI ELEMENT TRAJNOSTNEGA RAZVOJA V VRTCU MANKA GOLARJA GORNJA RADGONA



Druga delavnica projekta HRANA NI ZA TJAVENDAN

● PRIMER DOBRE PRAKSE ●

Prispevek pripravila: Darja Vajngerl, mag. prof. inkl. ped.
darja.vajngerl@vrtec-radgona.si

April, 2024

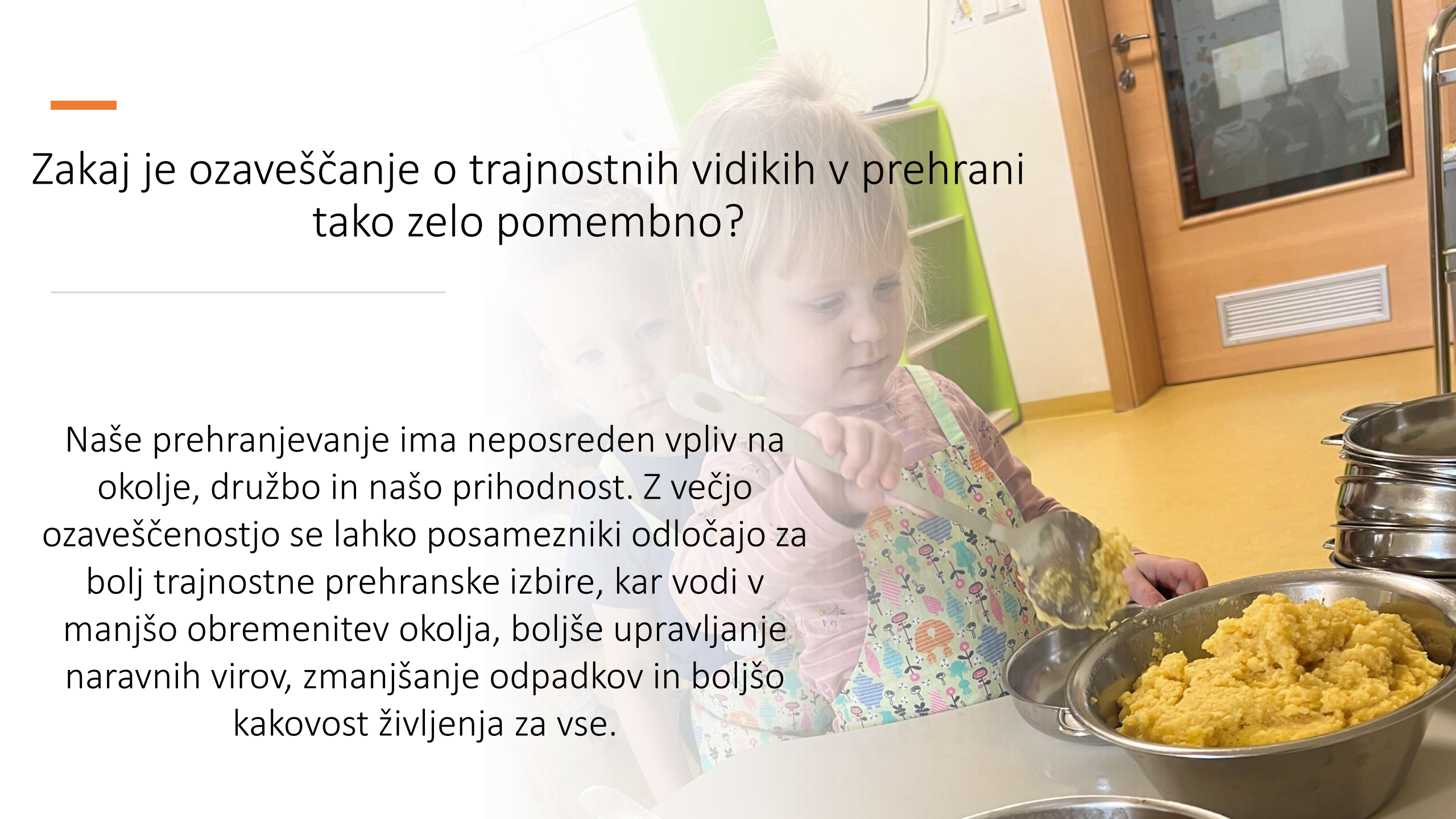
Predstavitev namena in izhodišče...

V predšolskem obdobju je zgled odraslih ključnega pomena pri odnosu do hrane. Pomembno je tudi, da otroke naučimo odgovornosti do hrane, da je čim manj zavržemo.

To je bil RAZLOG da smo se v Vrtcu Manka Golarja Gornja Radgona, enota Črešnjevci, v oddelku 2-4 let odločili, da bomo izvedli raziskavo o zavrženi hrani, preko vsakodnevnega spremljanja, v določenih obdobjih. Pri raziskavi nas je zanimalo začetno in končno stanje zavržene hrane. Naš največji izziv je bil neješčnost juhe, na začetku meritev smo je v kuhinjo vračali tudi po polovico.

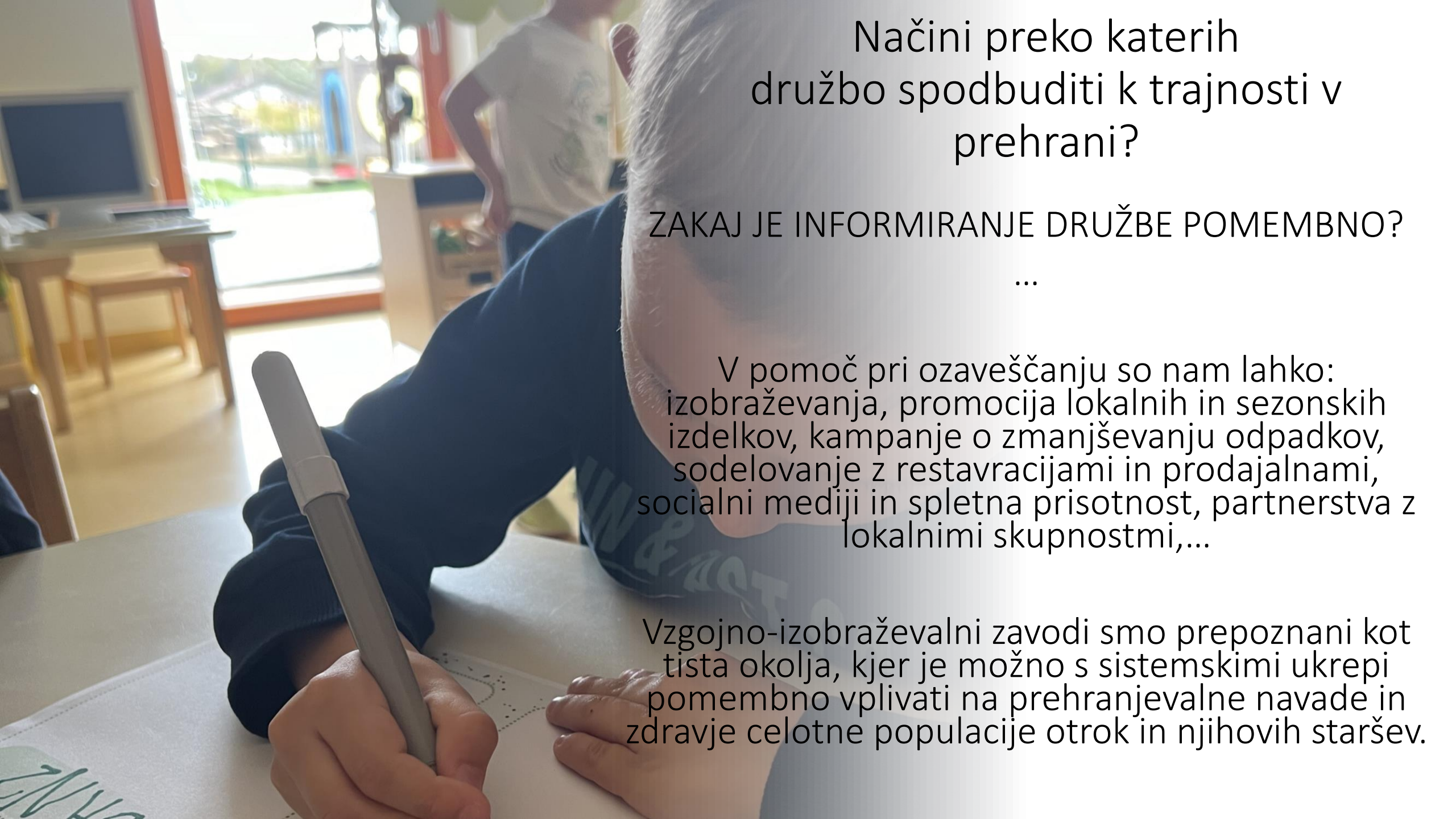
Razmišljanje o manjši količini zavržene hrane je pripeljalo do ponovne uporabe živil. Tako smo s pomočjo staršev, starih staršev in lokalnega gostinca z otroki pripravljali reciklirane jedi.





Zakaj je ozaveščanje o trajnostnih vidikih v prehrani tako zelo pomembno?

Naše prehranjevanje ima neposreden vpliv na okolje, družbo in našo prihodnost. Z večjo ozaveščenostjo se lahko posamezniki odločajo za bolj trajnostne prehranske izbire, kar vodi v manjšo obremenitev okolja, boljše upravljanje naravnih virov, zmanjšanje odpadkov in boljšo kakovost življenja za vse.



Načini preko katerih
družbo spodbuditi k trajnosti v
prehrani?

ZAKAJ JE INFORMIRANJE DRUŽBE POMEMBNO?

...

V pomoč pri ozaveščanju so nam lahko:
izobraževanja, promocija lokalnih in sezonskih
izdelkov, kampanje o zmanjševanju odpadkov,
sodelovanje z restavracijami in prodajalnami,
socialni mediji in spletna prisotnost, partnerstva z
lokalnimi skupnostmi,...

Vzgojno-izobraževalni zavodi smo prepoznani kot
tista okolja, kjer je možno s sistemskimi ukrepi
pomembno vplivati na prehranjevalne navade in
zdravje celotne populacije otrok in njihovih staršev.

Kako spodbujati trajnostno prehrano med najmlajšimi v vrtcu?

Ozaveščanje otrok v vrtcu o izzivih odpadne hrane je pomembno, saj lahko že v zgodnjih letih razvijajo trajnostne navade.

Načini kako to lahko dosežete so naslednji:

- učenje prek zgodb in pesmic
 - vrtčevski vrt
- kuhanje in priprava hrane
 - ločevanje odpadkov
 - obisk lokalnih kmetij
- recikliranje embalaže
- pogovori in delavnice

Vrtcu Manka Golarja Gornja Radgona, enota Črešnjevcu smo se odločili za celostni pristop pri seznanjanju otrok v starosti 2-4 let glede široke tematike hrana.

Naša osrednja skrb je bila vzgoja otrok v odgovoren odnos do hrane in zmanjšanje količine zavržene hrane.

Primer dobre prakse o trajnostnem reševanju izziva odpadne hrane v oddelku

Da bi dosegli ta cilj, smo se odločili za izvedbo raziskave, kjer smo natančno spremljali količino zavržene hrane v določenih obdobjih - začetno in končno stanje zavržkov.

Kaj smo s tem želeli doseči?

Na čem je temeljil celoten pristop?



Konkretni ukrepi, ki so pripomogli k izvajanju strategij za zmanjšanje količin zavržene hrane ter hkrati spodbujanje trajnostne prehrane so naslednji:



- omogočen samopostrežni način prehranjevanja

- enkrat tedensko izbira med dvema menijema



- razvijanje sezonskega načrta obrokov z organizatoriko prehrane





- obisk lokalnih kmetij





• obisk lokalnih pridelovalcev hrane v oddelku



• vrtčevski vrtilček

- sodelovanje pri kuhanju in pripravi hrane



PRIPRAVA ZDRAVEGA
KOSILA

ZELENJAVNA JUHA

POTREBUJEMO

- 20 DAG CVETAČE
- 20 DAG BROKOLI
- 5 DAG SUHE LECE
- 10 DAG BOMBA ZELENJE
- 20 DAG KORENJA
- 1 MAJHANA ČEBULA
- 2 STROKA ČESNA
- 10 DAG SPAGLJEV
- OLJE
- SOL

DO
B
E
R
T
E









- ločevanje odpadkov





- ponovna uporaba živil - priprava recikliranih jedi

POTREBUJEMO:

20 DAG CVETAČE

20 DAG BROKOLI

5 DAG SUHE LEČE

10 DAG BOMBA ZELENJE

20 DAG KORENJA

1 MAJHNA ČEBULA

2 STROKA ČESNA

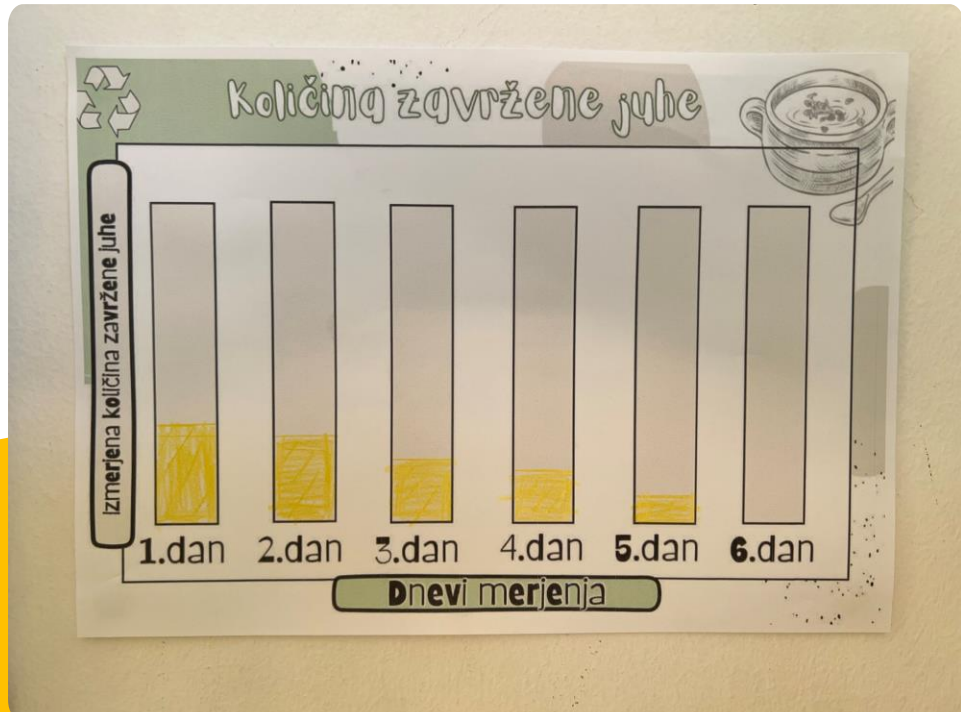
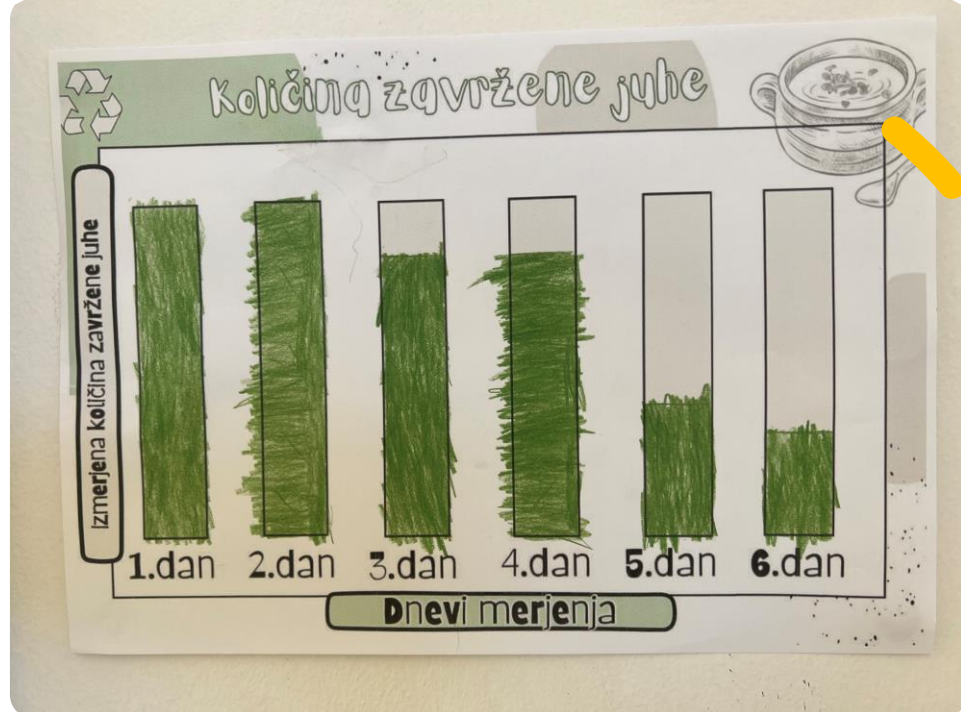
10 DAG ŠPARGLJEV

D
O
B
E
R
T
E
K









- Rezultati raziskave

Pri spodbudi z različnimi metodami smo bili uspešni v tolikšni meri, da smo v kuhinjo postopoma pričeli vračati prazne jušnike. Iz 50 % zavržene juhe smo prišli na 0 %.

Rezultati in ugotovljeni primeri uspešnih praks bodo pomembni pri usmerjanju otrok v drugih oddelkih tako našega, kakor drugih vrtcev. Prav tako bodo izidi dobre prakse vplivali na pripravo gradiv za starše, s čimer bomo ozaveščali o pomenu zdrave prehrane ter spodbujali trajnostne prehranske odločitve, kar štejemo kot prispevek k stroki.



Hvala za pozornost.