



# Primer dobre prakse: LOKALNA SAMOOSKRNA NA OŠ PUČONCI

Melita Ficko Sapač, Nina Sever

# OŠ PUCONCI

- ▶ centralna šola – OŠ Puconci
- ▶ POŠ Bodonci
- ▶ POŠ Mačkovci
- ▶ vrtec



# OŠ Puconci – EKOŠOLA



- ▶ podpis EKOLISTINE, 1.3.2010
- ▶ projekt Odgovorno s hrano, 2015/16



# Projekt: ODGOVORNO S HRANO

- ▶ zdrava hrana
- ▶ lokalno pridelana hrana
- ▶ kulturno uživanje hrane
- ▶ šolska okolica



# CILJI PROJEKTA

- ▶ razvijati pozitiven odnos do hrane oziroma odgovornega prehranjevanja,
- ▶ navajanje učencev na uživanje lokalno pridelane hrane,
- ▶ urejanje šolske okolice,
- ▶ gojenje vrtnin, zelišč in sadja,
- ▶ skrb za čebele in pridelava medu,
- ▶ priprava zdravih in tradicionalnih jedi – sadni in zelenjavni napitki, zeliščni namazi,
- ▶ sistematično uvajanje projekta s podporo programa ekošole...

# EKOODBOR

- ▶ koordinatorici projekta,
- ▶ učitelji razredne in predmetne stopnje,
- ▶ vodja šolske prehrane,
- ▶ vodja šolske kuhinje in
- ▶ člani ekokrožka...



# DEJAVNOSTI

- ▶ spremljanje porekla sadja in zelenjave v šolski prehrani,
- ▶ priprava jedi iz lokalno pridelanih živil,
- ▶ vključevanje tradicionalnih jedi in jedi iz lokalno pridelanih živil v šolski jedilnik,
- ▶ skrb za čebele in ureditev vrta medovitih rastlin,
- ▶ urejanje šolske okolice – permakulturnega vrta (vrtnine in zelišča),
- ▶ priprava jedi iz pridelanih vrtnin in zelišč – sadni in zelenjavni napitki, zeliščni namazi,
- ▶ Dan Zemlje – Lokalna pridelava hrane – delavnice za učence in starše ter predstavitev projekta,
- ▶ dnevi dejavnosti o hrani.

# JEDI IZ LOKALNO PRIDELANIH ŽIVIL

- ▶ priprava jedi iz lokalno pridelanih živil
- ▶ degustiranje jedi in spremljanje sprejetosti posamezne jedi pri učencih



Palačinke iz pirine in ajdove moke, mlečni napitek



Pečena polenta, sestavljena solata



# POREKLO SADJA IN ZELENJAVE V ŠOLSKI PREHRANI

- ▶ pregled zastopanosti lokalno pridelanega in sezonsko dostopnega sadja ter zelenjave
- ▶ povečati delež lokalno pridelanega in sezonsko dostopnega sadja in zelenjave



# SKRB ZA ČEBELE IN UREDITEV VRTA MEDOVITIH RASTLIN

- ▶ pomen čebel
- ▶ skrb za čebele
- ▶ čebelarska opravila
- ▶ točenje medu
- ▶ jedi iz medu
- ▶ ureditev vrta z medovitimi rastlinami





# PERMAKULTURNI VRT

- ▶ skrb za vrtnine, zelišča in gredice,
- ▶ zbiranje ter shranjevanje semen,
- ▶ priprava jedi – namazi, napitki in sladice iz vrtnin in zelišč



# SADOVNJAK

- ▶ pridelava jabolk v sadovnjaku
- ▶ stiskanje jabolčnega soka



# NJIVA

- ▶ pridelava poljščin na šolski njivi (buče, rž)
- ▶ stiskanje bučnega olja
- ▶ naravoslovni dan – Vzgoja za zdravje in buče v prehrani
- ▶ žetev in mlatitev nekoč



# DAN HRANE

- ▶ Dan Zemlje
- ▶ delavnice za učence in starše:  
LOKALNA PRIDELAVA HRANE
  - urejanje vrta – zasaditev vrtnin in zelišče
  - priprava jedi iz sadja in zelenjave ter zelišč
  - ureditev vrta medovitih rastlin



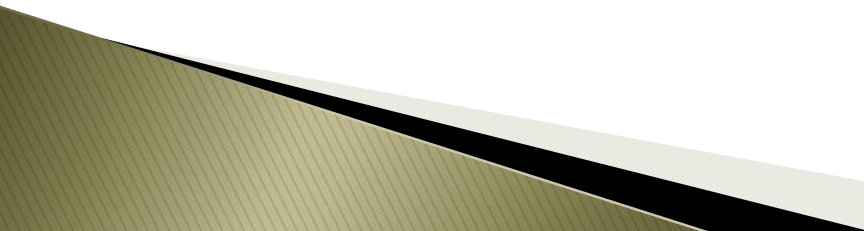


# ODGOVORNO S HRANO

- ▶ kulturno uživanje hrane
- ▶ zmanjšana količina zavržene hrane
- ▶ zdrava prehrana– dnevno uživanje sadja in zelenjave ter zadostne količine vode
- ▶ tradicionalne jedi in jedi iz lokalno pridelanih živil v šolski prehrani



# REZULTATI PROJEKTA

- ▶ sistematično uvajanje projekta s podporo programa ekošole,
  - ▶ nova znanja o lokalno pridelani hrani,
  - ▶ pozitiven odnos do hrane,
  - ▶ uživanje zdrava prehrane,
  - ▶ vrt medovitih rastlin,
  - ▶ nove sadike in semena,
  - ▶ mešalnik za pripravo napitkov,
  - ▶ finančna podpora projekta....
- 

# SMERNICE

- ▶ delavnice o prehrani za učitelje,
- ▶ strokovno predavanje za starše,
- ▶ postopno uvajanje novih zdravih jedi v šolske jedilnike,
- ▶ lokalna pridelava hrane v šoli,
- ▶ delavnice za učence o pomenu zdrave prehrane,
- ▶ priprava zdravih jedi,
- ▶ naravoslovni dan – delavnice na eko-socialni kmetije Korenika,
- ▶ nadaljevanje dosedanjih aktivnosti...



# OŠ PUCONCI



## ODGOVORNO S HRANO!



**Kaj jem?**

**Od kod prihaja moja hrana?**

**Kako je proizvedena?**

**Koliko hrane zaužijem?**

**Koliko hrane zavržem?**

**Kakšen je globalni vpliv moje hrane?**

