



ODGOVORNO



S HRANO!



SHEMA
ŠOLSKEGA
SADJA
IN ZELENJAVE



MEDNARODNA KONFERENCA O ODGOVORNEM RAVNANJU S HRANO
IN DRUGI PRIMERI DOBRIH PRAKS PROGRAMA EKOŠOLA



BOGATA ZAKLADNICA EKODEJAVNOSTI OŠ LESIČNO SKOZI 20 LET OKOLJSKE VZGOJE

Osnovna šola LESIČNO

mag. Mateja Koprivc Polutnik, prof. biol. in kem.

Ljubljana, 15. december 2016, Dijaški dom Ivana Cankarja

OŠ LESIČNO



Kje smo?

- V občini Kozje,
- znotraj zavarovanega območja Kozjanskega regijskega parka.

- Šola je samostojna in sodobno opremljena;
- leta 2014 je bila izvedena energetska obnova šole;
- obiskuje jo 122 učencev;
- na šoli izvajamo različne nadstandardne programe in pestre interesne dejavnosti;
- 20. let smo vključeni v projekt ***Ekošola kot način življenja*** in 3. leto v program ***Šolski ekovrtovi***.



- Zaživel koncept trajnostnega razvoja in okoljske vzgoje in se udejanjal v praksi skozi dvajsetletno obdobje;
- ponosni na znanje in ekološko vedenje zdajšnjih in nekdanjih učencev.



Začetki:

- **20. septembra 1996** pristopili v program celostne okoljske vzgoje in izobraževanja;
- **22. aprila 1997** podpis Ekolistine;
- **Junij 1999** prejem mednarodne eko zastave, do danes vsako leto potrdili.



Korak bliže k odgovornemu ravnanju s hrano

- vključenost v mednarodni projekt **Odgovorno s hrano / We Eat Responsibly!**



- vključevanje globalnih tem pri pouku:
kaj jemo, koliko jemo, koliko hrane zavržemo,
kako je bila naša hrana pridelana,
kaj lahko naredimo za naše zdravje in dobro počutje
ali cenimo hrano kot vrednoto...



Primeri dobrih praks - udejanjanje cilja izboljšati naša ravnanja s hrano:

- spletni vprašalnik o oceni prehranjevanja za učence in starše;
- zmanjšali količino sladkorja v hrani - uvedba nesladkanega čaja
- ozaveščali smo praznovanje rojstnih dni učencev – prinašanje zdravih prigrizkov;
- spodbujali pitje vode iz pipe;
- pobrali jabolka v visokodebelnem travniškem sadovnjaku - pri malici pili domač jabolčni sok;



Primeri dobrih praks - udejanjanje cilja izboljšati naša ravnanja s hrano:

- na šolski jedilnik smo uvedli zeleni dan (dan brez mesa) – zmanjšali količino porabe mesa in mesnih izdelkov;
- opozarjali in spremljali smo kulturo hranjenja in bontona pri jedi;
- pri učnih urah smo obravnavali besedila na temo odgovornejšega odnosa do hrane in našega planeta;
- jedilnico smo popestrili z izdelki, ki so jih učenci ustvarjali v podaljšanem bivanju;
- umestili vrtnine s šolskega vrta k šolski malici;



DATUM	MALICA	KOŠILO
4. 1. PONEDELJEK	mešni zorb (1.7), poso s kakavom (7.8), jabolko	govjeva juha z zakuh (1.3), riž s puranjim mesom, rdeča pesa
5. 1. TOREK	makaronsko meso (1.3.7), zelena solata	govji zrezek v omaki, dušeni riž, zija v soli
6. 01. SREDA	ovovit piščančji zrezek (1.3), rdeča pesa	ješčenji s prekajenim mesom (1), polnozrnat kruh (1.6.7), naravno probiotični jogurt (7)
7. 1. ČETRTEK (zeleni dan)	řžolova juha z makaroni (1.3), sadna rezina (1.3.7)	kisla repa, soljni popusti (1.6), pire krompir (7), jabolko
8. 1. PETEK	srni kruh (1.3), pašeta, nesladkan borovničev čaj, mandarina	zorbobova juha s korenčkom (1.3), kuhana vrhovna, krošnjepija solata, mandarina
11. 1. PONEDELJEK	čokolino (1.7.8), francoski rogžek (1.3.7), banano	duhi v paradiznikovi omaki (1.3), pire krompir (7), Progo sok
12. 1. TOREK	govjeva juha z rezanci (1.3) in govedinsko jabolčni zavitek (1.3.7)	prežena puranja ribozola, zelenjavni riž, mešana solata
13. 1. SREDA	prežen naravni piščančji zrezek, zelena solata s řžolom	kisla repa s svinjskim mesom, pire krompir (7), polnozrnat kruh (1.6.7)
14. 1. ČETRTEK (zeleni dan)	pražen krompir, zelena solata s koruzo	govjeva juha z ribizno kvas (1.3), testenina s sirom (1.3.7), zelena solata
15. 1. PETEK	polnozrnat kruh (1.3.7), ribji namaz, nesladkan planinski čaj	pečena pečurka, minci (1), dušeno rdeče zija, jabolko
18. 1. PONEDELJEK	polenta (1), bela tava (7.8), mandarina	ragu s puranjim mesom, široke tostenine (1.3), štručka s pecanom (1.6.7)
19. 1. TOREK	segešni polaz, not dog štručka (1.3.7), štrubaba (1.3.6.7)	ovcvi puranji zrezek (1.3), dušeni riž, mešana solata
20. 1. SREDA	pečen naravni puranji zrezek, zelena solata s krompirjem	kus kua z zelenjavno omako, dušena govedina, naravno probiotični jogurt (7)
21. 1. ČETRTEK (zeleni dan)	riž bizi, rdeča pesa	zorbobova juha (1.3), špenatovrički v smetani omaki (1.3.7), zelena solata
22. 1. PETEK	buhtelj (1.3.7), kakav (7.8), jabolko	pečena zijačnja triza, minci (1), solata s stročjim řžolom
25. 1. PONEDELJEK	carski praženec (1.3.7), nesladkan čaj	jata z mesom, sadna rezina (1.3.6.7), nesladkan sadni čaj
26. 1. TOREK	kuhana vrhovna, not dog štručka (1.3.7), nesladkan čaj, zent ajyer	kisla juha z mesom, pire krompir (7), kuhan kompot
27. 1. SREDA	špenat, marmorni kolač (1.3.6.7)	pečena zijačnja triza, minci (1), račič v soli
28. 1. ČETRTEK (zeleni dan)	govbova juha, krema rezina (1.3.6.7)	korenčková juha (1.3), zelenjavna lasulca (1.3.7), rdeča pesa
29. 1. PETEK	mlakova (1.3.7), namaz, evrovremom (1.7.8), meso (7)	puranji piščanec, špenat z testeninami (1.3), mešana solata

Dobro te!

DATUM	MALICA	KOŠILO
30. 1. PETEK	makaronsko meso (1.3.7), zelena solata	govji zrezek v omaki, dušeni riž, zija v soli
31. 1. SREDA	ovovit piščančji zrezek (1.3), rdeča pesa	ješčenji s prekajenim mesom (1), polnozrnat kruh (1.6.7), naravno probiotični jogurt (7)

Primeri dobrih praks - udejanjanje cilja izboljšati naša ravnanja s hrano:

- podrobneje smo ločevali biološke odpadke;
- vsako leto izvedli tradicionalni slovenski zajtrk;
- na kmetiji Sinkovič spoznavali, kako pomembno je uživanje domače hrane lokalnih pridelovalcev in dodobra spoznali pridelavo ter predelavo mlečnih izdelkov;
- interaktivno in praktično razmišljali o problematiki odpadne in zavržene hrane na delavnici globalnega učenja na temo Odpadna in zavržena hrana v okviru projekta “EAThink – misli globalno, jej lokalno”.



Šolski vrt kot sodoben učni pripomoček

- drug drugega bogatimo s prenosom izkušenj iz starejših na mlade, ekološkim ravnanjem, z vzgledom in delom na šolskem ekovrtu;
- “Kdor zasadi vrt, zasadi ljubezen.”
- kritično razumevanje in delovanje otrok in učiteljev glede globalnih razvojnih izzivov – prehranske varnosti in lokalne samooskrbe.



Predstavitev dejavnosti ekošole na sejmih in prireditvah

- primer dobre prakse - predstavitev našega dela na številnih sejmih in prireditvah;
- sejem **Praznik kozjanskega jabolka v Podsredi**



Predstavitev dejavnosti ekošole na sejmih in prireditvah

- Ponosni na prejem kolektivne blagovne znamke
Sožitje – Kozjanski park.



Predstavitev dejavnosti ekošole na sejmih in prireditvah

- vsakoletno sodelovanje na **sejmu Altermed** v Celju



Predstavitev dejavnosti ekošole na sejmih in prireditvah

- Sodelovanje na prireditvah v kraju **Festival ekološke hrane** v Podsredi, prireditev **Koza, zmaj in še kaj, Binkošтовanje...**



Z ekodnem združimo pester nabor ekodejavnosti v celostno zgodbo



DOBRODOŠLI
NA DNEVU
ODPRTIH
VRAT
OŠ LESIČNO

SPOŠTOVANI
STARŠI,
KRAJANI,
DRAGI OTROCI

IN
ZAKLJUČKU
EKOPROJEKTA
»ZDRAVO ŽIVLJENJE
PO RECEPTIH
NAŠIH BABIC«



PETEK,
11. 4. 2014

UČENCI IN
UČITELJI
OŠ LESIČNO
TER
OBČINA KOZJE



Zakaj ekošola?

- vzgajati in izobraževati za zdrav način življenja v zdravem okolju s poudarkom na odgovornem ravnanju s hrano;
- ne pozabljamo na osnovna ekološka ravnanja kot so ločevanje odpadkov, varčevanje z vodo in energijo, zbiranje starega papirja, izrabljenih kartuš in tonerjev, plastičnih zamaškov;
- izvajanje zbiralnih in ozaveščevalnih akcij;
- posebno skrb namenjamo čistemu okolju ter krepitvi vrednot kot sta spoštovanje in odgovoren odnos do ljudi in okolja.



- V dvajsetletnem delovanju ekošole smo si pridobili veliko izkušenj in znanja ter preizkušenih primerov dobrih praks.
- Posebej smo ponosni na znanje in ekološko vedenje naših zdajšnjih in bivših učencev, ki so bili vključeni v program ekošole.
- Odgovorno ravnanje do narave in okolja učenci prenesejo tudi v domače okolje ter tako skupaj izboljšujemo osnovno poslanstvo ekošole.
- Tako kot ekošola pridobivamo nove izkušnje, sodelovanje na prereditvah pa pripomore k večji prepoznavnosti šole v širšem okolju.
- Prejeto posebno priznanje za 20. let vključenosti v program Ekošola kot način življenja sprejemamo kot nagrado in izziv, ki nas obvezuje in spodbuja pri delu tudi v prihodnje.
- Hvala za vašo pozornost.