



Zápis z 1. setkání

Akční skupiny pro zdravé stravování Mateřské školy KAMARÁD Nové Veselí

Místo: Mateřská škola KAMARÁD Nové Veselí, Na Výsluní 286, 592 14 Nové Veselí

Datum: 14.10.2016, čas 13.15 hod.

Členové akční skupiny pro zdravé stravování:

**Vedoucí učitelka
a koordinátor programu
pro MŠ**
Monika Kovalská



Pedagog

Bc. Markéta Šrámková



Vedoucí školní jídelny

Jarka Vostalová



Vedoucí kuchařka

Eva Bartůňková



Kuchařka

Kateřina Studená



Zástupce rodičů

Ing. Zdeňka Sochorová



Host: koordinátor projektu SZŠ

Mgr. Martina Wilczkeová



Program:

- 1. Představení programu Skutečně zdravá škola**
- 2. Zhodnocení jednotlivých kritérií**
- 3. Navržení postupu při plnění jednotlivých kritérií**
- 4. Diskuse, jak provést navržené změny**

1. Představení programu Skutečně zdravá škola

Zahájení setkání se ujala vedoucí učitelka a koordinátor programu pro Mateřskou školu KAMARÁD Nové Veselí (dále jen „MŠ“) Monika Kovalská, která vysvětlila, proč by se MŠ měla zapojit do programu, jaké výhody tento program přináší, informovala o kritériích nutných pro zavedení programu a seznámila navzájem členy Akční skupiny pro zdravé stravování (dále jen „AS“) a koordinátora projektu SZŠ v Kraji Vysočina Martinu Wilczkeovou.

V rámci AS byly rozděleny činnosti, které budou jednotliví členové zastávat:

- vedoucí učitelka a koordinátor programu pro MŠ bude celý program pro MŠ zastřešovat a diskutovat s koordinátorem projektu SZŠ,
- pedagog bude psát blog o činnostech týkajících se zdravého stravování a vaření ve třídách MŠ
- vedoucí školní jídelny – bude provádět změny v jídelníčku, výběr regionálních potravin a vybraných potravin pro podrobnější informace pro daný týden (podtržené potraviny), komunikuje s dodavateli, apod.,
- kuchařky – budou provádět praktickou aplikaci programu do skutečně chutných a zdravých jídel ☺,
- zástupce rodičů – bude se podílet na tvorbě komentovaného jídelníčku, bude zajišťovat informace o sezónních potravinách a vybraných (podtržených) potravinách pro daný týden k jídelnímu lístku, sepiše zápis z jednotlivých setkání AS.

Co je program Skutečně zdravá škola?

Stejně jako kvalitní vzdělání pomáhá vytvářet sebevědomé a spokojené děti, také jídlo tvoří základ našeho života a naší budoucnosti a musí tedy hrát ve vzdělávání dětí klíčovou roli. Školy pomáhají dětem pochopit, co je opravdové jídlo, poskytují jim praktické dovednosti, nabízejí svačiny a obědy a pomáhají vytvářet kulturu zdravého stravování.

Zdravé stravování dětí se promítá do zlepšení jejich zdraví a tím i zlepšení výsledků ve škole a v chování. Pomáhá vytvářet budoucí mladé lidi, jejich dovednosti a návyky pro další úspěšný život. Důležité je i rozvíjení praktických dovedností, jako je vaření, pěstování a výběr vhodných potravin z hlediska zdraví i udržitelného rozvoje. V neposlední řadě je pro zdravé stravování podstatné zapojit „zdravý selský rozum“, a to zejména v každé rodině.

Skutečně zdravé mateřské školy nabízí dětem kvalitní pokrmy a podporují a rozvíjí zdravé stravovací návyky. Vědecké důkazy potvrzují, že stravovací návyky se tvoří již v dětském věku a správná výživa hraje klíčovou roli ve zdravém růstu dítěte a jeho vývoji. Skutečně zdravé školky také umožňují dětem pěstovat bylinky a ovoce a zeleninu na zahradě a učit se základům vaření. Rodičům pomáhá vzdělávat se v oblasti zdravé výživy dětí.

Další informace o programu lze najít na stránkách: <http://www.skutecnezdravaskola.cz/>.

2. Zhodnocení jednotlivých kritérií Skutečně zdravé školy

Podmínky pro udělení certifikátu Skutečně zdravá škola mají tři úrovně: bronzovou, stříbrnou a zlatou. Každá úroveň obsahuje kritéria, která musí mateřská škola splnit. Tato kritéria jsou rozdělena do čtyř tématických okruhů:

- a) Angažovanost a kultura stravování,
- b) Kvalita jídla a místo jeho původu,
- c) Vzdělávání o jídle a stravování,
- d) Místní společenství a spolupráce.

Skutečně zdravá škola s bronzovým oceněním (což je naším cílem pro nejbližší období), nabízí dětem sezónní pokrmy vyrobené minimálně ze 75% z čerstvých surovin. Zapojuje rodiče a děti do zlepšování školního stravování a prožitku v jídelně prostřednictvím AS. Poskytuje dětem možnost vzdělávacích aktivit v oblasti přípravy pokrmů, zahájila kroky k vytvoření školní zeleninové zahrady a organizuje pro děti návštěvu farem v okolí. Respektuje potřeby strávníků se specifickou dietou tím, že jim umožní ohřátí z domu doneseného dietního pokrmu v jídelně.

Bronzová kritéria Skutečně zdravé školky



Skutečně
zdravá školka

Ad a) Angažovanost a kultura stravování

- **B1** Na naší škole funguje AS, která přezkoumala kulturu stravování ve škole a dohodla se na svých dalších aktivitách.
 - **Splněno** - AS přezkoumala kulturu stravování ve škole, přípravu a složení jídel a navrhla řešení jednotlivých kritérií.
- **B2** S rodiči a dětmi konzultujeme možnosti zlepšení stravování.
 - Koordinátor SZŠ dodá dotazník pro rodiče, ten MŠ upraví na podmínky školy a provede průzkum mezi rodiči o možnostech zlepšení stravování a zapojení rodičů do programu SZŠ.
- **B3** Rodiče jsou informováni o složení pokrmů ve školní jídelně a aktivitách programu Skutečně zdravá školka.
 - Na webových stránkách MŠ (http://www.ms.noveveseli.cz/zdrava_skolka.htm) je umístěno logo SZŠ, banner, informace o zapojení do programu, koordinátor dodá plakát SZŠ.
- **B4** Respektujeme potřeby strávníků se specifickou dietou tím, že jim školní jídelna umožní ohřátí z domu doneseného dietního pokrmu.
 - **Splněno** - MŠ nenavštěvuje žádné dítě se speciální dietou.
- **B5** Při úklidu v prostorách školy a mytí nádobí ve školní jídelně/kuchyni jsme zahájili přechod na ekologicky šetrné čisticí a mycí prostředky.
 - MŠ zahájí přechod na ekologické čisticí prostředky nákupem u Tierra Verde.

Ad b) Kvalita jídla a místo jeho původu

- **B6** Jídla podávaná dětem neobsahují žádné nežádoucí přísady a minimalizujeme používání polotovárů.
 - *Vedoucí školní jídelny zkontroluje používané konzervované a sušené potraviny ve školní kuchyni a minimalizuje používání nedovolených přísad – dodán seznam nedovolených aditiv.*
- **B7** Alespoň 75 % všech pokrmů je vyrobeno z čerstvých nezpracovaných surovin či potravin.
 - **Splněno** - *dodán Přehled čerstvých surovin podle zásad SZŠ.*
- **B8** Čerstvé, předem nezpracované suroviny a potraviny nakupuje jídelna od pěstitelů, chovatelů a výrobců s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji, pokud jsou dostupné.
 - *Vedoucí školní kuchyně dodá seznam stávajících dodavatelů a postupně bude zařazovat produkty doporučených místních farmářů. V současnosti MŠ z místních pěstitelů využívá dodavatele brambor a míchaných čajových směsí.*
- **B9** Pokrmy v jídelním lístku odrážejí sezónnost a všechny sezónní suroviny jsou v jídelníčku jasně označeny.
 - *Postupně zavedeme komentovaný jídelníček, jehož obsahem budou informace o použitých surovinách, o sezónních a čerstvých potravinách. Vedoucí školní jídelny spolu s vedoucí kuchařkou označí sezónní a čerstvé potraviny v jídelním lístku. Zástupce rodičů zajistí bližší informace o sezónních a čerstvých potravinách. Koordinátor SZŠ dodá ukázkou komentovaného jídelníčku. Vedoucí učitelka MŠ zajistí větší nástěnku pro přehlednost informací.*
- **B10** V mateřské škole nebo na webu školy jsou k dispozici informace o původu použitých potravin.
 - *MŠ vytvoří plakát, na kterém bude označeno, odkud pochází suroviny použité při přípravě jídel ve školní jídelně – zajistí pedagog AS spolu s dětmi.*
- **B11** Pracovníci školní jídelny se zapojují do vzdělávacích a osvětových akcí a jsou alespoň jednou ročně vzdělávání v oblasti zdravé výživy a vaření.
 - *Zaměstnanci kuchyně a vedoucí MŠ byli informováni o možnosti absolvování celodenního semináře pořádaného SZŠ. Sami zaměstnanci kuchyně se školí cca 1x ročně v rámci vzdělávání provozních zaměstnanců.*
- **B12** Děti a pracovníci mateřské školy mají přístup k pitné vodě dle svých potřeb po celý den pobytu ve škole.
 - **Splněno** – *pitný režim je zajištěn v každé třídě neslazenými nápoji a ochucenou vodou s bylinkami.*
- **B13** Doslazované nápoje jsou nahrazeny nápoji neslazenými.
 - **Splněno** – *jsou používány jiné zdroje slazení – med, stévie, nápoje jsou ochuceny citronem, bylinkami a jedlými květy.*

Ad c) Vzdělávání o jídle a stravování

- **B14** Výuka o jídle, základech zemědělství a zásadách zdravé výživy je součástí školního vzdělávacího programu.
 - *Toto kritérium je průběžně plněno – např. Bramborová slavnost, Dýňobraní, Jablečné slavnosti (společné vaření rodičů a dětí), projekt Radost na talíři (kultura stravování), dále v třídních vzdělávacích plánech a v denních činnostech tříd (sběr plodů ze zahrady, jejich využití při vaření, péče o zeleninové záhony, zalévání, okopávání, cesta od zrna ke chlebu, od mléka k máslu apod.)*
- **B15** Všechny děti mají možnost účastnit se činností spojených se vzděláváním o základech vaření.
 - **Splněno.**

- **B16** Zahájili jsme kroky vedoucí k vytvoření školní zeleninové zahrady a pracujeme na začlenění aktivit na zahradě do školního vzdělávacího programu.
 - **Splněno** – k dispozici jsou zeleninové záhony, paletové záhony, mobilní záhony, bylinková zahrádka, pařeniště, kompostér, aktivity jsou začleněny do ŠVP.
- **B17** V rámci výuky pořádáme každoroční návštěvy farem.
 - **Splněno** – farma Zašovice, návštěvy místních farmářů v Budči a v Novém Veselí.

Ad d) Místní společenství a spolupráce

- **B18** Každoročně pořádáme pro děti, rodiče a veřejnost akce na téma zdravé stravování.
 - Nabídka vzdělávacích akcí SZŠ pro rodiče a pedagogy „Zdravá výživa“, „Zdravé svačinky“, výchovně vzdělávací pořad pro děti „Hravě o stravě“ – děti absolvovaly vzdělávací program Zdravá pětka.
- **B19** Aktivně se snažíme zapojit rodiče dětí do našich pěstitelských a kulinářských aktivit.
 - Průběžně plněno, konkrétní akce pořádané pro děti a rodiče – pro rodiny byla připravena rodinná aktivita Listové hody, Medové hody, a další aktivity uvedené v B14. Rodiče vytvářeli bylinkovou spirálu na zahradě MŠ, dodali maliníky a jahodníky, sázeli cibulky jarních květin.

3. Navržení postupu při plnění jednotlivých kritérií

Viz. bod 1 - v rámci AS byly rozděleny činnosti, které budou jednotliví členové zastávat. Dále bude vytvořen a rodičům rozdán dotazník o možnostech zlepšení stravování a zapojení rodičů do programu. Zápis ze schůzky AS a další informace o programu budou vyvěšeny na web MŠ.

4. Diskuse, jak provést navržené změny

AS zhodnotila finanční i jiné možnosti zapojení do programu a získání bronzového ocenění.