

Naslov članka/Article:

JEJ Z GLAVO, NE Z OČMI!

Eat With Your Brain and Not Your Eyes

Avtor/Author:

Petra Košir

DOI:

CC licenca



Priznanje avtorstva-Nekomercialno-Brez predelav



Vzgoja in izobraževanje št. 4-5/2024, letnik 55

ISSN 0350 -5065

Izdal in založil: Zavod Republike Slovenije za šolstvo

Kraj in leto izdaje: Ljubljana, 2024

Spletna stran revije:

<https://www.zrss.si/strokovne-revije/vzgoja-in-izobrazevanje/>

Petra Košir

OŠ Vencija Perka

JEJ Z GLAVO, NE Z OČMI!

Eat With Your Brain and Not Your Eyes

IZVLEČEK

Eden večjih globalnih problemov sodobnega časa je zavržena hrana, ki je veliko tudi v vzgojno-izobraževalnih ustanovah. Da bi hrane zavržli manj in bi se odnos učencev do nje spremenil, smo na Osnovni šoli Vencija Perka vpeljali nekaj ukrepov, s katerimi smo zaposlene, učence in njihove starše spodbudili k večji ozaveščenosti o dani problematiki. Prispevek prikazuje načine, s katerimi smo skušali vplivati na zmanjšanje količine hrane, ki vsakodnevno pristane v košu šolske kuhinje.

Ključne besede: ekologija, ozaveščanje, podnebne spremembe, trajnostnost, zavržena hrana

ABSTRACT

One of the major global problems of modern times is wasted food. Food is also often wasted in educational institutions. To throw away less food and to change the students' attitude towards it, we introduced some measures at the Vencija Perka Elementary School to encourage employees, students, and their parents to be more aware of the issue. The paper shows the methods by which we tried to influence the reduction of the amount of food that ends up in the trash can of the school kitchen every day.

Keywords: awareness, climate change, ecology, sustainability, wasted food

PODNEBNI CILJI IN ZAVRŽENA HRANA

Osnovno šolo Vencija Perka Domžale obiskuje približno 600 učencev. V zadnjih letih le-te aktivno spodbujamo k poglobljanju razumevanja trajnostnosti izzivov in delovanju v smeri trajnostnih sprememb. V vzgojo za trajnostni razvoj vključujemo učence vseh starostnih obdobjih, saj si želimo, da bi tako mlajši kot starejši razumeli, kakšen je njihov vpliv na naravo in svet okoli njih. Spodbujamo jih k zavedanju, da s svojimi dejanji lahko povzročamo ali blažimo podnebne spremembe. Smo aktivni člani mednarodno uveljavljenega programa Ekošola in del Slovenske mreže zdravih šol.

Maja 2022 smo se prijavi na razpis Zavoda Republike Slovenije za šolstvo z namenom vključitve v projekt Podnebni cilji in vsebine v vzgoji in izobraževanju. Zavezali smo se, da bomo cilje trajnostnega razvoja še bolj poglobljeno kot v preteklih šolskih letih vključevali v pouk ter druge aktivnosti šole (dnevi dejavnosti, projekti, tabori, raziskovalne naloge, preventivne delavnice ...). Za prednostni cilj tega projekta smo si zadali, da bomo na ravni celotne šole skušali zmanjšati količino zavržene hrane.

S projektom Ekošole Hrana ni za tjavendan učence spodbujamo k razmišljanju o socialnih, okoljskih in ekonomskih problemih, povezanih z zavrženo hrano. Hrana, ki jo zavržemo, predstavlja zavrženo vodo, energijo in naravne vire. Zato moramo iskati rešitve, da bo odpadkov na področju prehrane čim manj. Najboljša rešitev za zavrženo hrano in njen vpliv na okolje, podnebje in ljudi po vsem svetu je, da hrane preprosto ne mečemo stran. Vsekakor to ni tako preprosto, kot se sliši.

Zavedamo se, da je zavržena hrana velik problem tudi naše šole. Da bi se problematiko lotili celostno, smo avgusta 2022 koordinatorice projekta Podnebni cilji organizirale izobraževanje za vse zaposlene. Predstavile smo jim 17 ciljev trajnostnega razvoja Agende 2030.

Agenda 2030 uravnoteženo povezuje 17 ciljev treh vidikov trajnostnega razvoja (okoljskega, gospodarskega in družbenega): 1. odprava revščine, 2. odprava lakote, 3. zdravje in dobro počutje, 4. kakovostno izobraževanje, 5. enakost spolov, 6. čista voda in sanitarna ureditev, 7. cenovno dostopna in čista energija, 8. dostojno delo in gospodarska rast, 9. industrija, inovacije in infrastruktura, 10. zmanjšanje neenakosti, 11. trajnostna mesta in skupnosti, 12. odgovorna poraba in potrošnja, 13. podnebni ukrepi, 14. življenje v vodi, 15. življenje na kopnem, 16. mir, pravičnost in močne institucije, 17. partnerstvo za doseganje ciljev (Piciga idr., 2023).

Namen predstavitev ciljev trajnostnega razvoja zaposlenim je bil, da razmislijo, s katerimi aktivnostmi pri pouku jih že uresničujejo in kako bi jih povezali s problematiko zavržene hrane.

KONCEPT TRAJNOSTNEGA RAZVOJA

Da bi učenci bolje razumeli problematiko zavržene hrane in njen vpliv na podnebne spremembe, smo se koordinatorice projekta Podnebni cilji odločile, da bomo k sodelovanju v projekt povabile tudi predstavnike razredov. Učenci so spoznali, da problematiko zavržene hrane lahko povežejo

z različnimi cilji trajnostnega razvoja, kot so: 1. odprava revščine, 2. odprava lakote, 3. zdravje in dobro počutje, 4. kakovostno izobraževanje, 10. zmanjšanje neenakosti, 11. trajnostna mesta in skupnosti, 12. odgovorna poraba in potrošnja, 13. podnebni ukrepi in 17. partnerstvo za doseganje ciljev.

Vodilo naših srečanj je bilo tudi krepitev kompetenc, ki jih opredeljuje referenčni okvir kompetenc za trajnostnost GreenComp.

Okvir GreenComp sestavlja 12 kompetenc (v **barvnem tisku**), razvrščenih v štiri področja (v *poševnem tisku*):

Poosebljanje vrednot trajnostnosti, vključno s kompetenca-

- vrednotenje trajnostnosti
- podpiranje pravičnosti
- promoviranje narave

Sprejemanje kompleksnosti v trajnostnosti, vključno s kompetencami

- sistemsko mišljenje
- kritično mišljenje
- formuliranje problema

Zamišljanje trajnostnih prihodnosti, vključno s kompeten-
cam

- pismenost za prihodnost
- prilagodljivost
- raziskovalno mišljenje

Ukrepanje za trajnostnost, vključno s kompetencami

- politična angažiranost
- kolektivno ukrepanje
- individualna iniciativa (Bianchi idr., 2023).

Koordinatorice projekta smo po izobraževanju zaposlenih in prvih srečanjih s predstavniki razredov naredile načrt aktivnosti za zmanjšanje količine zavržene hrane.

Na šoli se je izoblikoval slogan »Jej z glavo, ne z očmi!« s katerim smo se odločili promovirati aktivnosti, povezane z omenjeno problematiko.

AKTIVNOSTI ZA ZMANJŠANJE KOLIČINE ZAVRŽENE HRANE

Opazili smo, da v času malice učenci veliko hrane ne zmorejo jesti in da to hrano pogosto pomešajo skupaj s čisto hrano v posodi, ki jo vrnejo v jedilnico, zato smo v dogovoru s kuhinjskim osebjem k malici dodali dodatne posode za ostanke hrane. Učitelji pri malici učence aktivno spodbujamo k vestnemu ločevanju čiste in zavržene hrane. Da bi učenci hrano, ki je ne morejo jesti, lahko užili tudi kasneje v dnevu, smo v razredih in jedilnici naredili lakotne kotičke. Sveže sadje in nedotaknjena hrana od malice je tako učencem na voljo ves dan. V jedilnici smo k lakotnemu kotičku namestili tudi hladilnik, v katerega lahko shranimo mlečne izdelke. Kako vestno so se učenci na začetku lotili problema v posameznem razredu, smo koordinatorice projekta spremljale in učiteljem posredovale povratne informacije. Nekatere učitelje je bilo treba sprva spodbuditi k večji doslednosti pri nadzoru učencev, sčasoma pa so omenjene spremembe postale del



► SLIKA 1: Strip Taje Šerić

vsakodnevne rutine. Z namenom izboljšati odnos učencev do hrane, smo jim predlagali, da prinesejo s seboj v šolo tudi vrečke oz. škatlice za presežke hrane. Tako lahko shranijo kruh, pekovsko pecivo, sadje itd., ki ga lahko odnesejo kasneje tudi domov. Manjša skupina staršev je sprva izrazila nekaj pomislekov glede prinašanja hrane domov, vendar smo z aktivnim ozaveščanjem o razlogih za našo odločitev vplivali tudi na njih. Koordinatorice mesečno tehtamo tudi količino zavržene hrane po posameznih oddelkih. Učenci tako celotno šolsko leto lahko spremljajo, koliko hrane so zavržli na posamezen dan, in svoj razred primerjajo z drugimi. Ob koncu šolskega leta razglasimo zmagovalni razred, ki prejme simbolno nagrado.

Veliko hrane se zavrže tudi v času kosila, zato smo na šoli uvedli še nekaj sprememb. Učencem smo dali možnost izbire velike in majhne porcije pri kosilu in tudi možnost izbire posamezne jedi. Učenci namreč pogosto ne želijo jesti, če je na krožniku nekaj, kar imajo radi, zraven nečesa, česar ne marajo. V izogib temu, da bi učenci odklonili celoten obrok, jim dopustimo, da povedo, če česa ne želijo jesti. Tako pojedjo vsaj tisto, kar imajo radi, namesto da zavržejo celoten obrok. Ker pa si ne želimo, da bi učenci postali izbirčni, koordinatorice učitelje opozarjamo, naj svoje učence spodbujajo k temu, da vsako jed vsaj poskusijo.

Čeprav je zavržena hrana še vedno problem na naši šoli, podatki, ki jih je pripravilo kuhinjsko osebje ob koncu preteklega šolskega leta, kažejo, da je zavržene hrane manj kot v preteklosti. Zelo se je spremenil tudi odnos do hrane pri zaposlenih in učencih, kar opazajo tudi že starši.

Navodila igre:

- Učence razdelimo v manjše skupine (3–5 učencev).
- Vsaka skupina dobi tabelo ribič.
- Učencem povemo, da bo vsaka skupina imela na voljo jezero, v katerem bo 20 rib. Predstavljali si bodo, da bodo 10 dni lovili ribe. Vsak ribič v skupini bo lahko na dan ujel od 0–2 ribi.
- Ko vsaka skupina konča lov na določen dan (glede na svojo odločitev), pride noč, ko se ribe razmnožijo, zato je zjutraj v jezeru 25 odstotkov novih rib, ki jih lahko dodajo ribam, ki so ostale od prejšnjega dne (število rib zaokrožijo).
- Rib v jezeru ne sme biti nikoli več kot 20, saj jih toliko jezero največ vzdrži.

► PREGLEDNICA 1: Ribič

Ime skupine:									
Ribič št:	1	2	3	4	5	Število rib v ribniku na začetku dneva	Število rib v ribniku po lovu	Ribe, ki so se v ribniku razmnožile čez noč (25 %)	
Dan									
Št. ulovljenih rib na ribiča									
dan 1						20			
dan 2									
dan 3									
dan 4									
dan 5									
dan 6									
dan 7									
dan 8									
dan 9									
dan 10									
Število rib na koncu lova:									



► SLIKA 2: Igra ribič (skupinsko učno delo)

Slika 2 prikazuje skupinsko učno delo učencev, ki se igrajo igro ribič. Po igri je v razredu sledila razprava. Učenci so pogosto vse ribe ulovili pred koncem desetega dne. Tako so spoznali, da tedaj, ko postane najvišja vrednota osebna korist, ribe v jezeru izginejo, kar uniči naravno življenjsko okolje jezera in prizadene ljudi, ki zato izgubijo svoj vir preživetja. Na podlagi te izkušnje se odpre pot za vrednote, kot so spoštovanje, sočutje, odgovornost in solidarnost. Učenci razumejo, da v svetu z omejenimi naravnimi viri ni niti zmagovalcev niti poražencev, saj nazadnje šteje samo to, kar je ostalo za prihodnje rodove, in ne tisto, kar smo pridobili zase (Jakobová, 2016).

DRUGE DEJAVNOSTI ZA ZMANJŠANJE ODPADNE HRANE

Na svetu na leto zavržemo kar tretjino hrane, kar pomeni najverjetneje 1,3 milijarde ton hrane. S to količino hrane bi lahko vsako leto nahranili tri milijarde ljudi. Da bi učenci razmišljali o sodobnem času, ko nas pestijo različne okoljske in gospodarske krize ter izguba naravnih virov, smo jih o problemu ozaveščali tudi pri urah pouka.

Zaposleni smo načrtovali dejavnosti, s katerimi smo uresničevali različne kognitivne, socialno-čustvene in vedenjske učne cilje s tematskega področja podnebnih sprememb.

Trudili smo se, da bi učenci:

- razumeli aktualne podnebne spremembe kot antropogeni pojav, ki je posledica povečanih emisij TGP;
- poznali, katere človeške dejavnosti na globalni, nacionalni, lokalni in individualni ravni najbolj prispevajo k podnebnim spremembam;
- spodbujali sebe in druge k varovanju podnebja in
- presojali, ali so njihove aktivnosti prijazne do podnebja, ter jih v primeru, če niso, tudi spremenili (Piciga idr., 2023).

Pod sloganom »Jej z glavo, ne z očmi!« smo ustvarjali, pesnili, zapisovali, dramatizirali in razpravljali o dani problematiki. Nastale so številne lepe pesmi o hrani.



► SLIKA 3: Strip Vanje Rihtar



*Hrana ni za tjavendan,
zato ne mečimo je stran.
Na svetu veliko je otrok,
ki lačni hodijo okrog.
Zato potrudimo se vsi,
porabimo jo za različne jedi!
Juha, solata ali frape,
vse z veseljem se poje.*

Ajda Les

Izdelali smo plakate, ki smo jih obesili na hodnikih. Z njimi smo opozarjali na problem zavržene hrane. Sliki 1 in 3 prikazujeta, kako so učenci ustvarjali stripe pod sloganom »Jej z glavo, ne z očmi!«.

Za boljše razumevanje povezanosti prehranjevalnih navad in globalnih izzivov prihodnjih generacij smo jim predstavili tudi igro ribič.

SKLEP

Za varovanje zdravja našega planeta in javnega zdravja je ključnega pomena, da v naše sisteme vzgoje, izobraževanja in usposabljanja uvedemo trajnostnost. S pomočjo vzgoje, izobraževanja in usposabljanja učeči se razvijajo kompetence in pridobijo potrebno znanje, spretnosti in odnose, da bi lahko resnično cenili naš planet in ga zaščitili (Bianchi idr., 2023). S projektom Podnebni cilji in vsebine v vzgoji in izobraževanju, s katerim smo na naši šoli poudarili zmanjšanje količine zavržene hrane, smo ozaveščali enega izmed številnih problemov sodobnega časa. Zavedamo se, da problema še zdaleč nismo rešili, a vemo tudi, da smo v zelo kratkem času veliko spremenili. S pozitivno naravnostjo in aktivnim prizadevanjem bomo tudi v prihodnje skušali postopoma dosegati vse boljše rezultate na področju zmanjšanja količine zavržene hrane.

VIRI IN LITERATURA

Bianchi, G., Pisiotis, U., in Cabrera, M. (2023). *GreenComp: Evropski okvir kompetenc za trajnostnost*. Prevod. Zavod Republike Slovenije za šolstvo. <https://www.zrss.si/pdf/greencomp.pdf>

Jakobová, Z., in Krbcová, J. (2016). *7 korakov do odgovornega prehranjevanja – metodološki priročnik za učitelje*. Društvo DOVES-FEE Slovenia/program Ekošola.

Piciga, D., Kregar, S., Torkar, G., Ahčin, A., Avguštin, L., Belašoč, I., Bogataj, N., Gabrovec, A., Ilc Klun, M., Korošec, P., Ojsteršek, A., Omladič, L., Perme, E., in Uršič, D. (2023). *Konceptualizacija VITR z umestitvijo tematike podnebnih sprememb*. Zavod Republike Slovenije za šolstvo. https://www.zrss.si/pdf/Konceptualizacija_VITR.pdf