

**ZAVÁDZANIE  
CELOŠKOLSKÉHO  
PRÍSTUPU  
K STRAVOVANIU**



## **OBSAH**

<b>IMPLEMENTÁCIA CELOŠKOLSKÉHO PRÍSTUPU K STRAVOVANIU</b>	<b>3</b>
<b>ROLA ZAINTERESOVANÝCH STRÁN</b>	<b>3</b>
<b>ZÁSADY CELOŠKOLSKÉHO PRÍSTUPU K STRAVOVANIU</b>	<b>6</b>
<b>PODROBNÝ PLÁN PRE VYTVORENIE ZÁSAD</b>	<b>8</b>

## IMPLEMENTÁCIA CELOŠKOLSKÉHO PRÍSTUPU K STRAVOVANIU

K implementácii Celoškolského prístupu k stravovaniu (CPS) sa musia pripojiť rôzni aktéri v škole a v jej okolí, od vedenia školy, cez školskú radu, učiteľov a žiakov, kuchárky školskej jedálne, rodiny žiakov, zriaďovateľov školy až po komunitu, v ktorej škola sídli.

### Rola zainteresovaných strán

Nižšie uvádzame, čo môžu rôzne zainteresované strany urobiť pre podporu CPS.

#### Riaditelia škôl a členovia školskej rady

- poskytovať vedenie a podporu pri zavádzaní zdravej a udržateľnej potravinovej politiky vo všetkých oblastiach školskej prevádzky (napr. zásady, stravovacie služby, aktivity v triede, získavanie financií, projekty, špeciálne akcie a športové dni)
- integrovať súvisiace stratégie do školských plánov k zlepšeniu zdravia a pohody
- poskytovať potrebné fyzické prostredie, vrátane zariadenia a vybavenia, ktoré podporuje zdravé stravovanie
- informovať a povzbudiť celú školskú komunitu, aby sa zapojila do vývoja, realizácie a hodnotení školských plánov, aktivít a akcií, ktoré podporujú zdravé a udržateľné stravovanie
- podporovať zdravé stravovanie ako normu a ísť príkladom
- podporovať rovný prístup všetkých rodín k školskej kultúre stravovania a účasť na nej bez ohľadu na sociálne alebo kultúrne zázemie
- zaistiť, aby učitelia boli schopní plánovať a spolupracovať s miestnou komunitou (plánovanie, čas na spoločné stretnutia atď.)
- zaistiť, aby sa učitelia a zamestnanci jedální preškolili a mali príležitosť spolupracovať

## Učitelia a zamestnanci

- zahrnúť zdravú výživu a výchovu k zdravému a udržateľnému stravovaniu do učebných osnov naprieč vzdelávacími oblasťami a úrovňami
- poskytnúť žiakom príležitosti k rozvoju a uplatneniu znalostí a zručností podporujúcich zdravé stravovanie (napr. pestovanie, zostavovanie rozpočtu, nakupovanie, varenie a ochutnávanie rôznych potravín)
- prevziať vedenie v podpore zdravia a zdravej výživy v škole
- podporovať zdravé a udržateľné stravovanie ako normu a ísť príkladom
- rozvíjať pozitívnu víziu do budúcnosti a podporovať aktívne zapojenie žiakov do riešenia problémov
- spolupracovať s personálom jedálne alebo ďalšími osobami prítomnými počas obeda
- zapojiť žiakov do plánovania obsahu učenia

## Vedenie školskej jedálne a kuchárky

- poskytovať jedlo a nápoje, ktoré spĺňajú kritériá zdravia a udržateľnosti
- zaistiť, aby zdravé a udržateľné potraviny a nápoje boli vždy k dispozícii ako najjednoduchšia voľba
- skúšať ponúkať nové a kultúrne rozmanité jedlá a nápoje a následne získavať spätnú väzbu od stravníkov
- prezentovať chutné a výživné jedlá a nápoje atraktívnym spôsobom (napr. názvy jedál)
- propagovať menu prostredníctvom plagátov, nástieniek, oznámení, článkov v informačných bulletinoch a na webových stránkach školy
- pracovať s učiteľmi, ktorí pomáhajú počas obeda

## Žiaci

- aktívne sa podieľať na vzdelávaní o zdravom a udržateľnom stravovaní v triede aj mimo nej
- ísť príkladom mladším spolužiakom, ak ide o zdravé a udržateľné stravovacie správanie a postoje

- zapojiť sa do zdravého a udržateľného stravovania doma (napr. pomoc s nákupom potravín a varením)

### **Rodičia a opatrojúce osoby**

- ísť príkladom, ak ide o zdravé a udržateľné stravovacie správanie a postoje
- zapojiť deti do zdravého a udržateľného stravovania doma (napr. pomoc s nákupom potravín a varením, príprava desiat, zostavovaním rozpočtu)
- poskytovať zdravé a udržateľné jedlo a nápoje doma
- pomáhať škole s plánovaním, zavádzaním a hodnotením iniciatív zdravého a udržateľného stravovania

### **(Miestna) komunita**

- podniky podporujú zdravé a udržateľné stravovacie aktivity školy, napríklad zbierkami, poskytovaním vybavenia a ľudských zdrojov (napr. nepotravinársky tovar, zľavové poukážky a služby)
- podniky spolupracujú so žiakmi, žiadajú ich o ich názor a vítajú podporu
- zdravotnícke organizácie posilňujú možnosti školy podporovať zdravé a udržateľné stravovanie (napr. poskytovaním informácií, rád a podpory súvisiacej so zdravím)
- miestni farmári, výrobcovia potravín a predajcovia podporujú zdravé a udržateľné stravovanie v škole (napr. návštevou školy alebo exkurziou na miestny trh alebo farmu)
- miestne alebo (medzi)národné združenie fair trade pomáha zvyšovať povedomie žiakov o vzájomnej závislosti globálneho severu a globálneho juhu v potravinovom reťazci, poskytujú informácie a organizujú napríklad webové semináre s pestovateľmi kakaa, kávy alebo banánov v zahraničí
- zriaďovatelia škôl podporujú CPS na všetkých úrovniach fungovaní školy

## ZÁSADY CELOŠKOLSKÉHO PRÍSTUPU K STRAVOVANIU

Zásady celoškolského prístupu k stravovaniu predstavujú zdieľaný, vyvíjajúci sa dokument pre všetky zainteresované strany, ktoré interagujú so školou. Vyjadruje spoločnú víziu o étoxe, postavení a úlohe všetkých aspektov stravovania v škole (vrátane poskytovania jedla a vzdelávania v oblasti stravovania). Verejne demonštruje, že sa škola stará o udržateľnosť, zdravie a pohodu (wellbeing) žiakov, zamestnancov a ďalších zainteresovaných strán.

### Zásady CPS:

- stanovuje koordinovaný prístup k poskytovaniu jedla a nápojov tak, aby odrážali ciele CPS a urobili dobré jedlo ľahkou voľbou pre každého
- zdieľa tento prístup žiakom, zamestnancom, rodičom a širšej školskej komunite
- zlepšuje pohodu všetkých zúčastnených
- zaisťuje rovný prístup a účasť pre všetkých
- zaisťuje, že učebné osnovy a poskytovanie jedla a nápojov v škole sú vo vzájomnom súlade
- vytvára efektívne partnerstvo pre dosiahnutie spoločného cieľa
- zaisťuje väčšiu udržateľnosť plánovaných akcií tým, že poskytuje zdroje a školenia zamestnancom k dosiahnutiu svojich cieľov

Zásady spájajú všetky aspekty stravovania a vzdelávania jasným, koherentným a konzistentným spôsobom. Medzi tieto aspekty patrí:

- školský vzdelávací program, vybavenie a zdroje, rozvoj zamestnancov
- vzdelávanie pre udržateľný rozvoj ako prístup k vzdelávaniu v oblasti potravín. To znamená, že škola má celostný prístup k stravovaniu, ktorý je založený na ekologických, sociálnych a ekonomických aspektoch udržateľného rozvoja.
- praktické školské aj mimoškolské aktivity, napr. varenie a záhradníčenie
- poskytovanie jedla a pitia v škole, napr. raňajkové kluby, bufety, školské obedy, pitný režim
- konzumácia jedál a nápojov v škole, napr. prostredie jedálne, spôsob servírovania jedál, dostatok času na konzumáciu, spoločné stravovanie s učiteľmi

- propagácia jedla a pitia, vrátane reklám a sponzorstva
- výlety a akcie, napr. školské festivaly
- dobročinnosť, napr. bezplatné školské obedy

## PODROBNÝ PLÁN PRE VYTvoreNIE ZÁSAD CELOŠKOLSKÉHO PRÍSTUPU K STRAVOVANIU

### Podrobný plán pro vytvorenie zásad Celoškolského prístupu k stravovaniu

Zásady CPS sa vytvárajú na základe diskusie so všetkými zainteresovanými stranami: žiakmi, učiteľmi, kuchármi/kuchárkami, vedením školy, rodičmi, zástupcami zriaďovateľov a komunitnými partnermi. Tieto osoby spoločne skúmajú rolu a existujúcu podobu stravovania v škole – obvykle prostredníctvom školskej rady alebo školskej pracovnej skupiny pre stravovanie.

Samotný proces je dôležitejší ako konečný dokument obsahujúci zásady, pretože pomáha vzbudiť pocit vlastníctva. Akonáhle škola zavedie zásady CPS, môže začať zavádzať ciele, koordinované opatrenia.

#### 1. Začíname

- Vytvorte pracovnú skupinu zloženú z učiteľov, vedenia školy, zamestnancov jedálne a žiakov
- Identifikujte potreby a prekážky pre vytvorenie zásad a vnímané príležitosti /prínosy pre školu
- Určte, prečo škola potrebuje zásady CPS
- Prediskutujte koncepciu zásad CPS s vedením školy, učiteľmi a zástupcami obce
- Stanovte si jasné krátkodobé a dlhodobé ciele, tj. čo by chcela škola dosiahnuť
- Naplánujte, ako a kedy organizovať akcie a ako tieto akcie sledovať, rozvíjať a vyhodnocovať

#### 2. Posúďte kultúru stravovania v škole

- Vymenujte osobu, ktorá bude na posúdenie dohliadať
- Posúďte súčasnú kultúru stravovania v škole: Vyskytujú sa v škole nejaké problémy so stravovaním? Aké pokrmy a nápoje sú podávané? V akom prostredí sa konzumujú? Ako je vzdelávanie o jedle a výžive zahrnuté v školskom vzdelávacom pláne? Toto posúdenie bude slúžiť ako základ pre ďalšie sledovanie pokroku.
- Analyzujte výsledky posúdenia. Čo sa darí, v čom by sa mohla škola zlepšiť?



- Zdieľajte tieto informácie so všetkými zainteresovanými stranami
- Určte potreby a priority školy
- Formulujte ciele zásad s ohľadom na tieto priority
- Stanovte si kritériá úspechu, časovú os a zodpovedné osoby

### **3. Návrh zásad**

- Spíšte predbežný návrh zásad v súlade s výsledkami posúdenia kultúry stravovania a víziou školy
- Požiadajte vedenie školy a školskú radu / pracovnú skupinu pre školské stravovanie, aby návrh preskúmali. Buďte otvorení konštruktívnej spätnej väzbe.
- Vykonaajte úpravy návrhu

### **4. Upravte návrh zásad**

- Zanalyzujte všetky obdržané pripomienky
- Upravte zodpovedajúcim spôsobom návrh zásad
- Požiadajte riaditeľa školy a vedenie, aby zásady podpísali
- Finálnu verziu zásad schváľte na zasadnutí školskej rady / pracovnej skupiny pre školské stravovanie
- Zverejnite zásady

### **5. Implementujte zásady**

- Uved'te zásady do praxe
- Delegujte zodpovednosti za každý cieľ zásad na členov pracovnej skupiny
- Informujte rôzne zainteresované strany o tom, čo sa od nich očakáva a spolupracujte s nimi
- Poskytnite školenie a zdroje uvedené v zásadách
- Ukážte celej škole, ako sú zásady implementované

## 6. Monitorujte, vyhodnocujte a prispôsobujte zásady

- Zaistite prejednanie zásad riaditeľom a príslušnými zamestnancami školy
- Zdokumentujte všetky podniknuté kroky
- Pokračujte v zapojení všetkých zainteresovaných strán
- Oslavujte úspechy a informujte o nich

Upravte zásady (ak je to nutné) raz za rok a zdieľajte ich so všetkými zainteresovanými stranami.

**THANKS FOR  
THE FOOD!**



**It's time for  
a new menu**

[evka@skutocnezdravaskola.sk](mailto:evka@skutocnezdravaskola.sk)

[www.schoolfood4change.eu](http://www.schoolfood4change.eu)

#SchoolFood4Change

The sole responsibility for the content lies with the SchoolFood4Change project partners. The content does not necessarily reflect the opinion of the European Commission. The European Commission is also not responsible for any use that may be made of the information contained therein.

Skutočne  
zdravá škola



Tento projekt je financovaný z programu Európskej únie pre výskum a inovácie Horizont 2020 na základe zmluvy o grante č. 101036763.

