



**Skutočne
zdravá škôlka**

Návod na splnenie strieborných kritérií

Metodický materiál

Hlavný partner:



Odborný garant:



Slovenská
asociácia
pre výživu
a prevenciu



Slovak
Association
for Nutrition
and Prevention



Spolufinancované z
programu Európskej únie
Erasmus+



Ako získať strieborný certifikát Skutočne zdravej škôlky

Kompletne vyplnená žiadosť dokladuje vašu snahu robiť veci lepšie a odhodlanie preraziť zdanlivo zabetónované cesty, keď škola ťahá za jeden koniec. Žiadosť slúži aj ako pomôcka pre nás, pri komunikácii s kompetentnými inštitúciami, ktoré dokážu presadiť potrebné zmeny. Čím viac príkladov dobrej praxe budeme vedieť poskytnúť, o to ľahšie sa nám bude dariť spoločnými silami dosiahnuť cieľ - zdravú kultúru stravovania a dobrý vzťah k jedlu a životnému prostrediu.

V rámci komunikácie s partnermi či sponzormi sú vaše príklady dobrej praxe pre nás hnacím motorom a skvelými argumentmi pri ich oslovovaní. Tým sa vieme uchádzať o nové granty a vytvárať pre školy ďalšie projekty so zaujímavými aktivitami aj odmenami. Vďaka vašej spätnej väzbe vieme, čo potrebujete a môžeme vám pomôcť či už je to vytvorením nejakej metodiky, workshopu alebo oslovením partnerov a štátnych inštitúcií.

Návody slúžia aj ako pomôcka pri vyplňaní žiadosti o [strieborný certifikát](#).

Angažovanosť a kultúra stravovania

S1 Školská rada alebo vedenie školy odsúhlasilo Plán zdravého stravovania. Stanovilo kroky a harmonogram k jeho naplneniu.

Prostredníctvom Akčnej skupiny si pripravte kompletný Akčný plán školského stravovania, ktorý bude obsahovať váš záväzok, že hlavnou prioritou v oblasti školského stravovania sa stane zdravé stravovanie a vzdelávanie. Navyše to posluží ako nástroj na plánovanie cieľov, z ktorého plynú jasne zadefinované úlohy.

Začíname

Dlhodobý úspech a efektivitu vášho plánu zabezpečíte tým, že do neho zapojíte celú škôlku, a to vrátane žiakov, rodičov a zamestnancov škôlky. Dôležitou podmienkou na dosiahnutie úspechu je podpora školskej rady, v ktorej má svoje miesto aj zástupca zriaďovateľa školy. Plán podpory zdravého stravovania je priebežne sa meniacim dokumentom, ktorý zaistí, že škôlka ako celok bude propagovať myšlienku zdravého stravovania a stane sa príkladom aj pre ostatné škôlky. Môžete sa inšpirovať týmto [vzorom](#) alebo si vytvoriť aj vlastný plán.



S2 Deti sa stravujú v príjemnej a pokojnej atmosfére tak, aby mali dostatok času si jedlo vychutnať. Kontrolujeme prostredie v jedálni z pohľadu nezdravej hladiny zvuku, osvetlenia.

Webinár [Školské jedálne ako oáza pokoja a zdravia](#), na ktorý sme odkazovali už v návodoch pri plnení bronzových kritérií, načrtol nielen vplyv hluku, ale aj psychologické pozadie jedálenského prostredia. Pri plnení tohto kritéria je vhodné urobiť konkrétne kroky.

Začíname

Jednou z možností pre zníženie hlučnosti v jedálni je absolvovanie odbornej konzultácie k odhlučneniu priestoru a vstupných meraní hluku. Menej nákladnou možnosťou je využitie niektorých našich tipov z metodiky [V školskej jedálni nemusí byť hluk](#) venovanej tejto téme - využiť gumenné podložky alebo aj staré tenisové loptičky na zamedzenie škripotu stoličiek pri šúchaní po podlahe. Nezabudnite si spraviť akustický test pred a po zavedení prvkov na zníženie hlučnosti. Môžete to urobiť jednoducho pomocou natočenia videa ako prasknete balón v priestore jedálne.

S3 Pri upratovaní jedálne a priestorov škôlky sa používajú prevažne ekologicky šetrné čistiace a umývacie prostriedky.

Po oboznámení sa s ekologickými čistiacimi prostriedkami pri bronzových kritériách je teraz na rade ich aktívne využívanie vo väčšej miere. Odporúčame ich používať na krúžkoch varenia a v rámci možností nahradiť značnú časť čistiacich prostriedkov používaných v priestoroch školy a jedálne.

Začíname

Keďže na našom trhu sú už bežne dostupné takéto čistiace prostriedky, nemal by byť problém prejsť na nového dodávateľa. Preto je vhodné myslieť na to aj pri zadávaní minimálnych kvalitatívnych požiadaviek pri VO na čistiace prostriedky a otvárať diskusiu v tomto smere aj so zriaďovateľmi škôl. Samozrejme, budeme sa snažiť pre školy v našom programe ponúkať zľavy či súťaže o štartovacie balíčky od našich partnerov.

Na hodinách techniky môžete so žiakmi vyrobiť vlastný čistiaci prostriedok na báze octu či tuhé mydlo. Zčať sa dá aj jednoduchou výmenou špongie za lufu, ako nám o tom napísala ZŠ s MŠ Hurbanova z Martina vo svojom blogu [Výzva mesiaca](#).



Indikátory naplnenia kritérii:

- Doloženie Akčného plánu podpory školského stravovania podpísaný vedením školy.
- Komentár o revízii rozvrhu škôlky, ktorý objasňuje, ako je zabezpečené: aby deti mali dostatok času na obed a mohli jesť v pokoji.
- Komentár o krokoch k odhlučneniu jedálne.
- Doloženie kópií faktúr od dodávateľov za posledných 12 mesiacov dokazujúce nákup ekologických čistiacich prostriedkov na umývanie a čistenie.

Kvalita jedla a miesto jeho pôvodu

S4 Minimálne 50 % (v účtovnej hodnote) nakúpených čerstvých, nespracovaných surovín a potravín pochádza od pestovateľov a chovateľov s prevádzkou vo vlastnom alebo susednom kraji.

V jedálni používajte vždy čerstvé a nespracované suroviny od miestnych a regionálnych pestovateľov. Čerstvé a nespracované suroviny, ktoré školská jedáleň nakupuje na prípravu pokrmov, by mali pochádzať od pestovateľov a chovateľov s prevádzkou do okruhu 150 km od sídla školskej jedálne, teda od regionálnych dodávateľov. Školská jedáleň by mala ponúkať miestne potraviny či pokrmy pripravené zo surovín od regionálnych dodávateľov aspoň v dvoch z nasledujúcich kategórií:

- ovocie,
- zelenina,
- mliečne výrobky,
- vajcia,
- mäso (párky a mleté mäso sa počítajú, ak pochádzajú od miestnych výrobcov),
- ryby (brať do úvahy v prípade, že sú čerstvo vylovené z miestneho rybolovu),
- pečivo (brať do úvahy v prípade, že je čerstvo upečené v miestnej pekárni).

Zvýraznite tieto potraviny na jedálnom lístku a pri príslušných potravinách nezabudnite uviesť, že sú dostupné len v sezóne. Uveďte presne aj to, či je celý pokrm pripravený zo surovín od regionálnych dodávateľov alebo len niektorá z jeho ingrediencií. Napríklad: „ovocný koláč z miestneho domáceho ovocia“, nie „miestny ovocný koláč“.

Začíname

Keďže niektoré suroviny sú sezónne, čiže sú inak dočasne nedostupné, budete musieť spolupracovať s viacerými dodávateľmi – farmármi. Mali by ste taktiež pripraviť sezónny jedálny lístok, ktorý bude odrážať dostupnosť surovín. V našich metodikách nájdete unikátnu pomôcku pre jedálne [Ukážkový sezónny jedálny lístok](#). Zaznamenajte všetky prípady, kedy vaša týždenná ponuka obsahuje menej ako dve potraviny či suroviny od miestnych dodávateľov z dôvodu nedostupnosti – to je prijateľné, ak prerušenie netrvá dlhšie ako jeden mesiac.



Praktické informácie o miestnych potravinách získate na [našej mape dodávateľov](#). Do nadväzovania spolupráce s miestnymi farmármi zapojte celú Akčnú skupinu. Farmy môžu nielen dodávať suroviny do jedálne, môžu taktiež slúžiť na vzdelávacie programy pre deti.

Do pozornosti dávame záznamy prednášok zo Skutočne zdravej konferencie na našom youtubovom kanáli:

- [Výhody regionálnych dodávateľov a ako na to v praxi](#)
- [Verejné obstarávanie potravín v zákazke s nízkou hodnotou](#)
- [Tipy a triky ako vyberať produkty do školských jedální](#)

S5 Minimálne 5 % surovín (v účtovnej hodnote) pochádza z kontrolovaného ekologického poľnohospodárstva – bioprodukt alebo biopotravina.

Ekologické poľnohospodárstvo produkuje menej znečistenia a menej oxidu uhličitého a zlepšuje životné podmienky zvierat a taktiež miestnu ekonomickú situáciu. Školská jedáleň by mala ponúkať certifikované biopotraviny aspoň v dvoch z nasledujúcich kategórií:

- ovocie,
- zelenina,
- mliečne výrobky,
- vajcia,
- mäso,
- ryby (berú sa do úvahy, ak pochádzajú z ekologického rybolovu alebo ak sú certifikované MSC),
- pečivo,
- sypké potraviny.

Zvýraznite tieto potraviny na jedálnom lístku a pri príslušných potravinách nezabudnite uviesť, že sú dostupné iba v sezóne. Uveďte presne, či je miestny celý pokrm alebo len niektorá z jeho ingrediencií. Napríklad: „omeleta z biovajec“, nie „biovajecná omeleta“.

Začíname

Pravdepodobne budete musieť v priebehu roka zaistiť ponuku viacerých biopotravín, keďže niektoré potraviny sú sezónne, či sú inak dočasne nedostupné. Zaznamenajte všetky prípady, kedy vaša týždenná ponuka obsahuje menej než dve biopotraviny z dôvodu nedostupnosti – to je prijateľné, ak prerušenie netrvá dlhšie ako jeden mesiac. Najčastejšie sa nákup biopotravín darí škôlkam realizovať prostredníctvom nákupu trvanlivého tovaru ako múky, pečiva, cestovín. Niekde aj nákupom biomlieka.



Pri vyhľadávaní môžu byť pomôckou zoznamy kontrolnej organizácie (Naturalis SK) pôsobiacej v ekologickom poľnohospodárstve: [zoznam prevádzkovateľov podľa krajov](#) a [zoznam certifikátov](#) podľa komodity.

Význam ekologického poľnohospodárstva a to, aká bude rola biopotravín vo verejnom stravovaní v najbližších rokoch priblížil riaditeľ Skutečne zdravej školy Tom Václavík [v tomto článku](#).

S6 Kuracie mäso pochádza z vysoko šetrných chovov a/alebo aspoň 10 % pochádza z ekologických chovov.

Aby ste splnili toto kritérium, pýtajte si od vašich dodávateľov certifikát alebo doklad o tom, z akých chovov mäso pochádza. Ak má kuracie mäso spĺňať kritérium „z voľného chovu“, musí byť v súlade s európskymi normami, ktoré uvádzajú, že kurčatá musia mať prístup k výbehu vo vonkajšom prostredí. Prípadne sa môžete rozhodnúť použiť aspoň 10 % kuracieho mäsa z kontrolovaného ekologického chovu, preferovať menšie kvalitné chovy. V prípade jedální v pohraničných oblastiach môže mäso pochádzať z preverených fariem v týchto oblastiach.

Začíname

Sme si vedomí neľahkej situácie, v ktorej sa nachádza živočíšna výroba. Splnenie kritéria je aj finančne náročnejšie, preto budeme pri posudzovaní žiadosti o certifikát na to prihliadať. Akceptujeme aj farmárske kura, chované v lepších podmienkach ako v konvenčných chovoch. Aj týmto spôsobom je to možné uchopiť, ponúkame k tomu cesty a riešenia.

Na začiatok pokúste sa stravníkom pripraviť aspoň raz za 2 týždne alebo za mesiac tzv. farmársky deň. Bude to deň, kedy jedálničiek bude zostavený výhradne zo surovín z ekologického poľnohospodárstva. Samozrejme, k tomu prispôbte aj náležitú edukáciu v tento deň.

S7 Na prípravu jedál sa prednostne používajú vajcia z voľných výbehov (označené „1“).

Ak si to môžete v rámci rozpočtu dovoliť, používajte prednostne vajcia z voľných výbehov. Sú označené číslicou „1“. Demonštrujete tým, že oceňujete to, ako sa s nosnicami na farme zaobchádza, a svojim stravníkom ukážete, že svoje rozhodnutie urobiť školské stravovanie udržateľnejšie, myslíte vážne.

Začíname

Nemusíte naraz vymeniť všetky nákupy vajec za kvalitnejšie. Využite napríklad kvalitnejšie vajcia vtedy, ak ich použijete do pokrmov pre deti v materskej škole alebo v prípade, že



ich servírujete samostatne, napríklad v recepte s vajcom natvrdo. Pripomíname našu metodiku [Odporúčania na nákup vajec](#).

Ak uvažujete o dosiahnutí aj zlatého certifikátu, je vhodné už teraz zvážiť, ako by bolo možné na vašej škole založiť si chov sliepok a zabezpečiť si časť vajčiek pre stravníkov týmto spôsobom. Inšpiráciu nájdete [na blogu českých škôl - Sliepočka Ťukalka](#).

S8 Školská jedáleň používa prednostne sladkovodné ryby z chovu v SR a morské ryby a plody z udržateľných zdrojov, pokiaľ sú dostupné.

Odporúčame prednostne nakupovať ryby tuzemské. V prvom rade odporúčame ryby chované v rybníkoch: kapra (prípadne omega3 kapra), pstruha. Ďalej ryby chované v recirkulačných systémoch: sumček africký, tilápia. Nadmerný rybolov zdevastoval celú jednu tretinu globálnej populácie rýb a vedci varujú, že ak sa situácia nezmení, zrúti sa do päťdesiatich rokov celý rybí ekosystém. Tisíce delfínov, korytnačiek a ďalších vodných tvorov každoročne skončí v rybárskych sieťach.

Začíname

Medzi takto ohrozené vodné živočíchy patrí napríklad treska alebo raja. Ak si chcete byť naozaj istí, že nepripravujete ohrozené druhy morských rýb, nakupujte tie, ktoré sú certifikované organizáciou Marine Stewardship Council (MSC). Pripomíname aj našu metodiku [Odporúčania na nákup rýb](#).

Indikátory naplnenia kritérii:

- Doloženie výpočtu percentuálneho podielu čerstvých surovín na základe účtovnej uzávierky za posledný mesiac vo vyplnenej excel tabuľke (nájdete ju v žiadosti o certifikát).
- Doloženie ukážky informovania o pôvode používaných potravín v školskej jedálni alebo na webe školy.
- Doloženie jedálnych lístkov za posledný mesiac, v ktorom je uvedená sezónna zelenina a ovocie, jedlá pripravené z čerstvých a nespracovaných surovín, jedlá pripravené zo surovín pochádzajúcich z ekologických fariem.
- Kópie osvedčení biopotravín od vašich dodávateľov.
- Stručné komentáre ako napĺňate ostatné kritériá S6 až S8.

S9 Zabezpečili sme, aby deti pestovali plodiny ekologicky šetrným spôsobom.

Školský alebo neďaleký pozemok, na ktorom môžu žiaci pestovať plodiny ekologicky šetrným spôsobom, je určitou formou interaktívnej výučby, ktorá spája viaceré predmety s témou ekologického spôsobu pestovania rastlín aj v školskej záhrade a ekologickej etiky, najmä v súvislosti s výživou a chovom hospodárskych zvierat.

Začíname

Čím viac druhov plodín budete pestovať, tým väčšia je šanca, že si deti vyberú tú svoju, o ktorú sa budú chcieť postarať, z ktorej budú chcieť pripraviť jedlo a nakoniec aj zjesť. Ich aktivitu môžete ešte posilniť tým, že im dáte možnosť, aby si sami vybrali, čo chcú pestovať.

Čím viac sa budete venovať s deťmi tejto nie jednoduchšej, no dôležitej téme ekologického poľnohospodárstva, tým viac ich podporíte, aby sa o túto tému zaujímali a chceli ju vedieť pochopiť.

Buďte príkladom

Na vašej záhrade môžete napríklad každej z tried prideliť jeden meter štvorcový pozemku na pestovanie. Okrem toho jednu väčšiu časť pozemku môžete pretvoriť na malý ovocný sad, urobte záhony na pestovanie zeleniny a môžete dokonca postaviť skleníky.

S10 Aspoň raz ročne deti s pedagógmi pripravujú pokrm zo surovín, ktoré sami vypestovali na školskej záhrade.

Zaistíte, aby na hodinách či krúžku varenia mohli deti aspoň jedenkrát ročne použiť suroviny pestované na školskom pozemku do svojich receptov. Ak je úroda dostatočná, zo surovín môžete pripraviť jedlá z výpestkov a usporiadať školskú ochutnávku.

Začíname

A prečo rovno nevyužiť ovocie a zeleninu, ktorú vypestovali žiaci na školskom pozemku? Ovocie a zelenina, ktoré ste sami vypestovali, chutia úplne inak, ako tie, ktoré ste kúpili v obchode. Dajte žiakom možnosť ochutnať a uvariť to, čo si sami vypestovali. Určite tak budú chcieť ochutnať ďalšie zdravé a čerstvé potraviny. Žiakov v škole môžete informovať na nástenke alebo školským rozhlasom o tom, čo v školskej záhrade podarilo vypestovať a ako sa to využilo.

Poznámka: Pri pestovaní je dôležité zaistiť dodržiavanie základnej hygieny. Prezistovali sme ako je možné používať výpestky zo školskej záhrady na hodinách varenia či aj priamo v školskej jedálni a odpovede nájdete [v našom blogu](#).

Vyjadrenie Úradu Verejného Zdravníctva SR vo veci možnosti využívania produktov (ovocie, zelenina, bylinky) zo školských záhrad a pozemkov pri výrobe jedál v zariadeniach školského stravovania:

Každý prevádzkovateľ dodávania malého množstva produktov má povinnosť v zmysle § 6 zákona Národnej rady SR č. 152/1995 Z.z. o potravinách v znení neskorších predpisov oznámiť kompetentnému orgánu úradnej kontroly potravín (príslušná regionálna veterinárna a potravinová správa) svoju činnosť na účely registrácie. Činnosťou sa v tomto prípade rozumie pestovanie, produkcia a dodávanie produktov rastlinného pôvodu príslušnému stravovaciemu zariadeniu.

Buďte príkladom

Deti môžu využiť záhradu, ako sa hovorí, doslova do posledného lístočka. Väčšinu z toho, čo vypestujú alebo čo na záhrade vyrastie, môžu použiť na školské aktivity, zo zvyškov vyrobiť ozdoby a predáť ich na školskom trhu (napr. jesenné slávnosti - jesenné dekorácie z tekvice). Výťažok potom použijete na financovanie krúžku varenia.

Prinášame prehľad odporúčaných vzdelávacích aktivít, ktorými škôlka okrem iného naplní aj ostatné kritériá.

Vzdelávanie v oblasti potravín a výživy:

1. **Celodenné výlety** > exkurzia na farmu spojená s ukázkou (vyhľadávanie uľahčí [mapa vzdelávacích fariem](#)); [vzdelávací program na farme](#); exkurzia do stravovacieho zariadenia - varenie so žiakmi; exkurzia do potravinárskeho podniku;
2. **Dlhodobé projekty** > [Školský farmársky trh](#) - osemtyždňový projekt;
3. **Projektové dni** > jarné a jesenné slávnosti; aktivity so (starými) rodičmi v záhrade; premietanie filmu o potravinách s diskusiou a vytvorením plagátu k filmu;
4. **Vzdelávacie bloky** > [Workshopy SZŠ](#) (pre učiteľov, žiakov, rodičov, personál jedálne); O potravinách a príprave jedla (podľa metodík, napríklad - [Archa chutí](#), [Učenie chutí](#), [Úlohy na zahryznutie](#)); Beseda s odborníkom - lekárom, odborníkom na výživu, poľnohospodárom, výrobcou potravín, atď.

Deti majú mnohokrát len malé poňatie o tom, odkiaľ všetko to jedlo okolo nich pochádza a kto ho vyrába. Vidieť tak na vlastné oči, ako sa vyrába syr, alebo pečie chlieb, môže byť pre nich skvelý a poučný zážitok. Deti, ktoré podnik navštívili, sa tak môžu so spolužiakmi podeliť o svoje zážitky. Miestni výrobcovia, ako pekári alebo mäsiari, obvykle vítajú možnosť nadviazať užšiu spoluprácu s miestnymi škôlkami/školami a názorne im predviesť, ako pracujú. V prípade, že je hromadná návšteva u výrobcu nepraktická, skúste niekoho priamo z výroby pozvať, aby o svojom remesle niečo porozprával na besede v škôlke.



Indikátory naplnenia kritérii:

- Komentár o realizovaných aktivitách podľa odporúčaného zoznamu - min. 5 za posledný školský rok.
- Doloženie zoznamu metodických materiálov, ktoré majú učitelia k dispozícii na výučbu základných princípov ekologického poľnohospodárstva.
- Uverejnenie blogu na našom webe s fotodokumentáciou receptov jedál z krúžku varenia.
- Uverejnenie blogu na našom webe s fotodokumentáciou z návštevy farmy.

Miestne spoločenstvo a spolupráca

S11 Organizujeme akcie s cieľom zapojiť do našich pestovateľských a kulinárskych aktivít deti a ich rodičov a verejnosť.

Okrem každoročnej akcie zameranej na zdravé stravovanie organizujeme minimálne dve stretnutia rodičov so širokou verejnosťou, na ktorých sa účastníci môžu zapojiť do rôznych aktivít, čo sa týka varenia a pestovateľských prác. Vďaka tomu žiaci získajú možnosť pochváliť sa svojimi úspechmi. Tieto činnosti možno začleniť do existujúcich školských akcií, ako sú DOD, školské oslavy, športové súťaže.

Začíname

Stretnutia rodičov so širokou verejnosťou môžu byť organizované napríklad formou ochutnávok počas prednášok miestnych farmárov, remeselníkov či kuchárov. Taktiež pri rôznych záhradných slávnostiach, sadení stromčekov, tvorivých dielní. Žiaci vo vašej škole môžu napríklad pestovať svoje vlastné bylinky v kvetináčoch za oknom tried. Sami potom organizujú školské akcie pre rodičov, na ktorých kvetináče vlastnoručne vyrábajú a vyzdobia.

Buďte príkladom

Využite aktivity ako súčasť školských projektov zameraných na sociálne vzdelávanie vašich žiakov. V rámci projektu môžu žiaci školy za pomoci rodičov a pedagógov zorganizovať "Zdravý ochutnávkový deň". Spoločne so zamestnancami jedálne pripraví zdravé jedlá, šaláty a nátierky, ktoré bude môcť verejnosť ochutnať. Žiaci si zároveň môžu pripraviť rôzne prezentácie o jedle, životnom prostredí a trvalej udržateľnosti. Žiaci môžu využiť svoje školské vedomosti a zopakovať si ich prakticky a atraktívnym spôsobom. Pre starších občanov, napríklad v klube dôchodcov alebo na stretnutí na miestnej, mestskej, či obecnej časti, môžu pripraviť debatu o pitnom režime a zdravej strave s malou ochutnávkou. Ak má čo len jeden žiak starého rodiča, ktorý príde, verte, že to má veľký zmysel.



Ďalšie vhodné príklady dobrej praxe

Pestovanie domáceho ovocia a zeleniny ukrýva množstvo výhod. Predovšetkým je to spôsob, ako si môže rodina za minimálne náklady zaobstarať čerstvé ovocie a zeleninu. Podporujte deti, aby so svojou rodinou doma varili a pestovali plodiny, prostredníctvom zaujímavých domácich úloh. Prípadne môžete deťom dávať recepty alebo semenka a sadenice, ktoré si doma vypestujú.

Podporujte deti v tom, aby sa o svoje nové znalosti podelili s ostatnými. Môžu sa tak naučiť niektoré dôležité sociálne zručnosti. Odporúčame sa prepájať s ostatnými škôlkami a zdieľať si medzi sebou priamo pri návštevách príklady dobrej praxe. Opäť o tom informovať aj rodičov pri rôznych podujatiach, rovnako odporúčame pozývať aj zriaďovateľov škôl.

Aktivity môžu napríklad zahŕňať:

- Deti sa podieľajú na organizácii návštevy z ostatných škôlok a iných návštevníkov vo vašej škôlke a školskej záhrade.
- Deti predvádzajú svoje nové zručnosti rodičom a ostatným žiakom.
- Deti v spolupráci s učiteľkami vedú prezentácie, ale sa aj zúčastňujú prezentácií pre ostatné škôlky.

Zaistite aktivity pre rodičov, vtahnite ich čo najviac do diania na vašej škole a napíňajte spolu kritériá programu. Skutočne zdravá škola sa snaží byť mostom v pomyselnom trojuholníku: dieťa x škola x rodič. Často narazia na seba odlišné názory školy a rodiča v rôznych témach, jedna strana obviňuje druhú a opačne. Téma stravovania býva jednou z nich. Venujte čas rodičovského združenia vysvetleniu ako funguje školská jedáleň, v akej situácii sa momentálne nachádza, aký vzťah k jedlu badáte na žiakoch. Vyhradiť si na to môžete čas spojený aj [s odbornou prednáškou](#), alebo tiež pozretím nášho webinára:

- [Stravovacie a pohybové návyky detí](#)
- [Strava a jej vplyv na imunitný systém](#)
- [Výživa detí v roku 2021 - ako by mala vyzeráť](#)
- [Trpká chuť cukru](#)

Podporte záujem rodičov o Skutočne zdravú školu, preposielajte im pravidelné informácie o našich aktuálnych aktivitách, či už formou platformy Edupage alebo e-mailom. Odkázat ich môžete aj na prihlásenie do nášho newslettera. Angažovaní a akční rodičia bývajú veľkou pomocou pre rast školy, je dobré im načúvať. Ak hľadáte určitú pomoc či máte nejakú potrebu, neváhajte ju vyhľadať medzi rodičmi. Veríme, že sa nájdú takí, ktorí radi poskytnú svoje znalosti a skúsenosti v prospech školy, radi nadviažu aj dlhodobé spolupráce. Či už by išlo napríklad o zabezpečenie stromčekov do školskej záhradky, vyhlbenie jamy na jazierko, spolufinancovanie workshopu, zaistenie odmien pre výhercov v školskej súťaži...



Indikátory naplnenia kritérii:

- Doloženie kópie článku o realizovanom podujatí pre verejnosť, ktorá bola zverejnená v regionálnej tlači (odkaz alebo kópia konkrétneho mediálneho výstupu, fotodokumentácia, prípadne videodokumentácia).
- Uverejnenie blogov na našom webe - min. 3x ročne.

Ak ste sa rozhodli urobiť ďalší krok a získať zlatý certifikát, prosím, prečítajte si celé znenie jednotlivých kritérií na našom webe a kontaktujte koordinátorku programu.

Kritéria boli adaptované z českého programu Skutečně zdravá škola a preložené do slovenského jazyka.

Spracoval: Tím Skutočne zdravej školy na Slovensko

Kritéria boli adaptované z českého programu Skutečně zdravá škola a preložené do slovenského jazyka.
Spracoval: Tím Skutočne zdravej školy na Slovensku

