



Naša OŠ Ivana Skvarče sodeluje v evropskem »sistemu razdeljevanja sadja v šolah« s finančno pomočjo Evropske skupnosti.

Sadje in zelenjava predstavljata pomembno skupino živil v uravnoteženem jedilniku vsakega posameznika. Poleg vitaminov in mineralov vsebujeta še mnogo prehranskih vlaknin ter visok delež vode.

Šola tako uresničuje smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno - izobraževalnih ustanovah, ki jih je pripravilo Ministrstvo za zdravje v sodelovanju z Ministrstvom za šolstvo.

Na šoli smo začeli deliti sadje oziroma zelenjavo enkrat tedensko. Izbrali smo si sredo, ki naj bo dan sadja in zelenjave za vse učence šole. Sadje se deli ločeno od sadja za šolsko malico. Sadje se deli pod maskoto šolske jedilnice, to je medved v preobrazbi letnih časov.



Cilji

Učence:

- bomo poglobljeno osveščali o pomenu sadja in zelenjave v prehrani mladostnika,
- jih navajali k pravilnemu uživanju npr. ne dvakrat ugriznit in zavreči, temveč pojesti do peclja ...
- osvestiti, da pojedjo dnevno vsaj štirikrat enoto sadja, zelenjave,
- naj uživajo biološko pridelavo,
- nakupujejo pri lokalnih pridelovalcih,
- izpopolnjujejo znanje o znakih eko pridelave,



- skrbijo za uravnoteženo prehrano in zdrav življenjski slog,
- širijo znanje o Evropski uniji in pomenu Evropske skupnosti,
- sami doprinesejo k zmanjšanju osebnega tveganja številnih bolezni kot so bolezni srca, sladkorne bolezni, zmanjšanju telesne teže,
- svoja vedenja prenašajo v domače okolje.

