



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja
Evropa investira v podeželje



Projekt JEM LOKALNO

Otroci so naše največje bogastvo, zato jim želimo omogočiti zdravo rast in kakovosten razvoj.

Lokalna samooskrba z ekološko pridelano hrano v javnih institucijah je ideja, ki že nekaj časa odmeva v našem prostoru, toda še nihče se izvedbe ni lotil resno in celovito. Zato sta PORA, razvojna agencija Gornja Radgona in Občina Gornja Radgona idejo razvili ter pripravili projekt »Jem lokalno«. Iz programa LEADER, LAS Prlekija za leto 2011 smo tako pridobili gnotna sredstva za izvedbo projekta.

Projekt »Jem lokalno« celovito rešuje problem zdravega prehranjevanja. »Jem lokalno« pomeni jem **zdravo**, jem **ekološko pridelano**, jem **pravilno** pripravljeno hrano. Osveščanje in vzgoja se začne že pri najmlajših, zato so ciljne skupine predšolski otroci Vrta Manka Golarja Gornja Radgona in učenci obeh osnovnih šol v občini, to sta OŠ Gornja Radgona in OŠ dr. Antona Trstenjaka Negova. Vzporedna ciljna skupina so bili starši, učitelji, kuharsko osebje in vodje prehrane. Posebno pozornost smo namenili ekološkimi, lokalnim pridelovalcem hrane kot potencialnim dobaviteljem hrane, pri čemer se posredno spodbuja uvajanje okolju prijazne kmetijske prakse.

Cilji projekta so usposobljeno vodstvo prehrane za zdravo pripravo jedilnikov v zavodih, dvig konkurenčnosti enot kmetijskih gospodarstev na specializiranih trgih, kot so šole in vrtci, višja kvaliteta produktov, promocija ekološko in lokalno pridelane hrane na našem območju in širše.

Dejstvo, da se začne zdravo prehranjevanje že pri dobavi hrane, nadaljuje s pripravo in konča s primernim uživanjem, nas je prepričalo, da smo povezali sorodne javne institucije ter spodbudili lokalne pridelovalce hrane in lokalne ponudnike ekološko pridelane hrane k povezovanju in sonaravnim kmetijskim praksam. Upamo, da se bo delež slednjih povečal, kar bo vplivalo na naše območje kot dodatna vrednost in prispevalo h kvalitetnejši, višji ravni življenja na podeželju.

V šolskem letu 2011/2012 je Zavod za zdravstveno varstvo Murska Sobota v sklopu projekta izvedel sedem delavnic **strokovnega usposabljanja kuharjev in organizatorjev prehrane** v obeh vključenih osnovnih šolah in vrtcu. Teme delavnic so bile različne, kot so: 1) vloga in pomen lokalno pridelanih živil v vzgojno izobraževalnih ustanovah, 2) zdrava prehrana predšolskega in šolskega otroka in 3) smernice, 4) načrtovanje jedilnikov ter 5) praktične vaje priprave teh z živil iz lokalnega okolja, 6) diete pri otrocih in šolarjih ter njihove izpeljave in 7) prepoznavanje in odpravljanje najpogostejših tveganj pri pripravi hrane (HACCP). Delavnice so bile zelo dobro obiskane, udeleženci pa zadovoljni s pridobljenim znanjem. Na delavnicah smo imeli možnost prisluhniti gospe prim.mag. Branislavi Belovič, dr. med., priznani strokovnjakinji in specialistki socialne medicine, avtorici inovativnih programov promocije zdravja in mnogih priročnikov za kuharje, ki je s svojim pristopom in predavanjem navdušila vse prisotne.

V tem času je bila izvedena tudi delavnica o pomenu zelenega javnega naročanja s strani Evropskega pravnega centra, ki je bil izbran za izvajalca javnega naročila in je s svojimi strokovnjaki vodil celotno proceduro javnega naročila nabave živil, tako klasičnih kot lokalnih živil iz ekološke proizvodnje.

V projektu smo nabavili nekaj koristne opreme, ki jih posamezna vzgojno izobraževalna institucija potrebuje. Osnovna šola Gornja Radgona in Vrtec Manka Golarja sta bogatejša za novi parno-konvekcijski pečici. O tej novi pridobitvi pravi gospa Vera Vrbančič, organizatorica šolske prehrane v OŠ Gornja Radgona, naslednje: *»Glede na veliko število obrokov, ki jih pripravljamo, smo bili do sedaj zelo omejeni glede načina priprave živil. Nova pečica nam omogoča, da pripravljamo živila brez klasičnega cvrenja v velikih količinah olja, lažje pripravimo različne vrste rib, živila lahko dušimo, pa tudi sladice, pripravljene v šolski kuhinji bodo odslej večkrat na jedilniku. Jedi bodo pripravljene na bolj zdrav način. Naše kuharice so preizkusile vse kar pečica ponuja. Potrudili se bomo, da bodo obroki pestri in uravnoteženi, predvsem pa, da bodo naši učenci zadovoljni.«* Verjamemo, da so tudi kuharice v Vrtcu Manka Golarja zadovoljne in da naši otroci uživajo kvalitetnejše pripravljeno hrano.

Za šolo dr. Antona Trstenjaka Negova smo nabavili solatni bife. Prvi odzivi so že vidni, pravi ravnateljica šole, gospa Slavica Trstenjak: *»Dobili smo možnost, da si otroci sami vzamejo zeleno količino solate, tako da potem to tudi pojedjo. Opazamo, da otroci pojedjo več sveže zelenjave ter solat, kar je naša prva prioriteta, hkrati pa je posledično manj odpada.«*



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja
Evropa investira v podeželje



V mesecu oktobru 2012 so potekale delavnice, ki smo jih naslovili **Treningi priprave zdravih jedi**. To je bil sklop štirih delavnic, na katerih so pripravljali jedi po smernicah zdrave prehrane v vzgojno izobraževalnih ustanovah. Delavnice je vodil in usmerjal kuhar g. Jaka Polajžer, organizator poslovanja v gostinstvu in turizmu, ki ima večletne izkušnje pri izvajanju praktičnih delavnic priprave jedi v okviru projekta Živimo zdravo in izobraževanj kuharjev zaposlenih v šolah in vrtcih. Obenem je tudi član Elektroluxove profesionalne kuharske akademije in član Društva kuharjev Slovenije. Torej, dovolj referenc, da lahko z zadovoljstvom trdimo, da nas je naučil kaj iz svoje dolgoletne prakse in številnih kuharskih izkušenj. Delavnice so potekale v šolskih kuhinjah. Na delavnicah so kuharice in kuharji pripravljali odlične zdrave dobrote, od namazov in glavnih jedi do sladice, ob upoštevanju posameznih diet ter ohranjanju zdravega v posameznih živilih.

In projekt se je nadaljeval tudi v leto 2013. Tako smo v prvih mesecih tega leta izvedli vrsto **teoretičnih delavnic za starše**, ki so jih izvajali predavatelji iz Zavoda za zdravstveno varstvo Murska Sobota, in ki so poskušali približati pomen zdravega prehranjevanja šolajočih otrok. Obisk delavnic s strani staršev je bil manj dobro obiskan, kar je nerazumljivo, saj je zdrava prehrana podlaga za uspešen duševni in fizični razvoj otroka in prav bi bilo, da prenašamo starši to znanje tudi na otroke. Konec koncev so otroci naše največje bogastvo, a ne?

Kot v prvem delu projekta, smo izvedli tudi **praktični del**, kjer je kuhar Jaka Polajžer prikazal zdravo pripravo živil, ki jih lahko z nepravilno obdelavo in kuho povsem uničimo ali jih naredimo celo škodljive. Na koncu vsake delavnice je bila tudi pokušina pripravljenih jedi. Vse delavnice, tako teoretične kot praktične so potekale na vseh treh javnih institucijah, tako da so se lahko delavnic udeležili tudi starši iz bolj oddaljenih krajev.

Vzporedno so potekale tudi **kreativne interaktivne delavnice za otroke**, na katerih so si otroci nižjih razredov pripravljali »svoj zajtrk«, višji razredi pa so pripravljali napitke in sadne solate iz lokalno pridelanega sadja in zelenjave. Najmlajši so ob tej »igri« užívali. Pripravljali so namaze, in kar je še bolj pomembno, »svoj zajtrk« so z veseljem tudi pojedli! Upamo, da bodo to »igro« čim večkrat ponovili in tako naučili otroke, kako pomemben je jutranji obrok, ki si ga lahko naredijo tudi sami. Je primer dobre prakse tudi za v bodoče, saj si je končno potrebno določiti prioritete, kaj želimo otroke naučiti poleg »uradnega znanja« in če tak uklanje uspehe, bi ga bilo potrebno večkrat ponavljati. Vse tri institucije so tudi vzgojne institucije, kar pomeni, da morajo tudi vzgajati. Naš projekt je bil priložnost, da obe šoli in vrtec izkoristijo zunanje strokovnjake ter si izboljšajo standard ponudbe. Koliko in kako so to znale izkoristiti, je njihova prednost.

Upamo, da bodo ravnatelji, organizatorji prehrane, kuharji in starši sprejeli pomembnost zdravega prehranjevanja ter nov način razmišljanja o hrani in prehranjevanju, in da se bodo osnovna pravila priprave zdrave hrane tudi upoštevala in vključevala v konvencionalne, klasične obroke.

Dober glas seže v deveto vas, kar nedvomno drži, saj so odzivi na projekt zelo pozitivni in dober zgled za ostale javne institucije v občini, ki delujejo v dobrobit človeka in njegovega zdravja.

Informacije o projektu so vam na voljo v javnem zavodu PORA Gornja Radgona (info@pora-gr.si), na spletni strani zavoda (www.pora-gr.si) in na spletni strani Občine Gornja Radgona (www.gor-radgona.si).