



PRLEKIJAZ
med pridelavci



PORA
razvojna
agencija
GORNA RAČONA

Evropski sklad za regionalni razvoj
Evropska unija - Evropski sklad za regionalni razvoj

Projekt

JEM LOKALNO

UVAJANJE EKO, LOKALNE IN ZDRAVE
HRANE V OSNOVNE ŠOLE IN VRTCE

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 gmotna 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 Vrtca 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 ekološkim, 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.

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 le 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, udeležene, zadovoljni s pridobljenim znanjem. Na delavnicah smo imeli možnost prisluhniti gospe prim.mag. Branislavi Belović, 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, šolo dr. Antona Trstenjaka Negova pa smo obogatili za novi solatni bife.

V mesecu oktobru 2012 so potekale delavnice, ki smo jih naslovili **Treninji 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. Delavnice so potekale v šolskih kuhinjah. Na delavnicah so kuharice in kuharji pripravljali odlične zdrave dobrote, od namazov in glavnih jedi do sladic, ob upoštevanju posameznih diet ter ohranjanju zdravega v posameznih živilih.

Projekt se je nadaljeval tudi v leto 2013. V prvih mesecih tega leta smo 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 prehranjevanje šolajočih otrok. 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. Delavnice 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 mešali napitke in pripravljali 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« v šoli čim večkrat ponovili in tako naučili otroke, kako pomemben je jutranji obrok, ki si ga lahko naredijo doma sami!

Ozaveščanje in vzgoja se začne že pri najmlajših!

Za vsebino je odgovorna PORA, razvojna agencija Gornja Radgona.
Organ upravljanja za Program razvoja podeželja Republike Slovenije za obdobje 2007-2013 je Ministrstvo za kmetijstvo in okolje.

Projekt sofinancira EU.



Jem lokalno

pomeni, da jem:

zdravo

ekološko pridelano

pravilno pripravljeno

H R A N O



Informacije:

PORA Gornja Radgona: info@pora-gr.si, www.pora-gr.si

Občine Gornja Radgona: www.gor-radgona.si.