



Ukážková škola prinesie do staromestských školských jedální viac ovocia a zeleniny, ale aj celkové povedomie o zdravom životnom štýle

BRATISLAVA 20. februára 2024 – Staré Mesto v spolupráci s občianskym združením **Skutočne zdravá škola** rozbieha jedinečný projekt, ktorý podporí **zdravé stravovanie v staromestských základných a materských školách**. Projekt **Ukážková škola** sa zameriava predovšetkým na implementáciu celoškolského prístupu k stravovaniu, počnúc od komunikácie témy zdravia na vyučovacích hodinách rôznych predmetov, po praktické zavádzanie zdravých alternatív v školských jedálňach, končiac vzdelávaním rodičov a komunit školy.

„Lepšia strava v našich školských a predškolských zariadeniach. Tak znel sľub, ktorý sme si nástupom do úradu koncom roku 2022 dali a odvtedy robíme postupné a systematické kroky k tomu, aby sľubom neostal. Agenda staromestského úradu: dobrý servis a zlepšenie kvality života obyvateľov Starého Mesta, je síce komplexná téma, no práve školstvo a vzdelávanie sú tou kľúčovou oblasťou, kde má význam začať. Tu má význam investovať, neustále zlepšovať, tu uvidíme najväčší rozdiel,“ hovorí Matej Vagač, starosta MČ Bratislava-Staré Mesto.

Projekt otvára **dôkladná a širokospektrálna analýza príslušnej školskej jedálne**, následne bude prebiehať **prieskum prostredníctvom dotazníkov** medzi vybranými skupinami. Na základe výsledkov sa stanoví akčný plán postupných krokov, ktoré stravovanie v školách a škôlkach nasmerujú k zdravým a výživnejším alternatívam jedálničkov.

Ukážková škola predstavuje súbor **prednášok a workshopov** pre žiačky a žiakov, pedagogický personál, zamestnancov a zamestnankyne školských jedální, ale aj rodičov. Aktivity a témy budú rozdelené podľa potrieb a vekových preferencií spomínaných skupín. Mladšie deti sa oboznamujú s ovocím a zeleninou hravou formou, tvoria dúhu na tanieri, zameriavajú sa na **sezónnosť jednotlivých druhov zeleniny a ovocia**. V rámci praktickej časti budú tvoriť napríklad chutné a zdravé špízy. Pri starších deťoch sa lektori zamerajú na **komplexnejšie informácie v oblasti zdravia**, ktoré sa buduje predovšetkým prostredníctvom nutrične bohatej a vyváženej stravy. Prednášky budú venované racionálnej výžive, ale aj poruchám príjmu potravy, ktoré je, žiaľ, čoraz častejším fenoménom medzi tínedžermi.

„Generácia dnešných žiakov a žiačok prechádza ohrozením civilizačnými ochoreniami, náročným orientovaním sa v téme stravy a zdravia. Čísla o výskyte obezity sú nepriaznivé, pribúda viac potravinových alergií. Deti často odmietajú školskú stravu a to všetko vo veku, kedy by mali získať správne návyky do celého života. Vedenia škôl, pedagógovia, školské

ODDELENIE KOMUNIKÁCIE

Miestny úrad Bratislava-Staré Mesto, Vajanského nábrežie 3, 811 02 Bratislava



jedálne a rodičia majú veľkú zodpovednosť, aby žiakov a deti viedli zdravým smerom. Celoškolský prístup k stravovaniu je efektívnym návodom ako túto zmenu škola a jej zainteresované skupiny dosiahne,” dodáva riaditeľka Skutočne zdravej školy, Eva Blaho.

Pedagógovia zároveň dostanú tipy a návody, ako tému a prístup k zdravému stravovaniu **sprostredkovať deťom aj cez vyučovanie zdanlivo s témou nesúvisiacich predmetov** v školskom rozvrhu. V rámci dejepisu sa dá napríklad hovoriť o pôvode jednotlivých potravín a tak podobne.

Rodičom budú ponúknuté workshopy ako **pripravovať zdravé desiaty** a tému racionálnej výživy preniesť aj do domáceho prostredia, zároveň komunity dostanú priestor a návody ako škole či škôlke pomôcť na ceste k zdravému životnému štýlu a jeho implementácie do tohto prostredia.

Toto je len malý náčrt aktivít, ktoré v rámci projektu pripravila Skutočne zdravá škola o.z.. Projekt Ukážková škola rozbieha Staré Mesto v spolupráci so Skutočne zdravá škola o.z. na jar 2024 a **bude trvať 2 roky**. Pokryť by mal v dvoch cykloch všetky staromestské jedálne.

„Uvedomujeme si, že vyvážené stravovanie je jedným z kľúčových faktorov v prevencii viacerých ochorení, vrátane obezity. Budovanie zdravších stravovacích návykov u detí a ich vzdelávanie v tejto téme od najútlejšieho veku je jedným zo spôsobov, ako prispieť k zmene v tejto oblasti a z tohto dôvodu sme stali partnerom projektu. Už prostredníctvom rôznych aktivít podporujeme každý mesiac v snahách o zdravšie stravovanie viac ako 42 000 detí v základných a materských školách po celom Slovensku," hovorí Sven Reinhard, generálny riaditeľ spoločnosti Kaufland Slovenská republika v.o.s.. Práve Kaufland sa stal partnerom o.z. Skutočne zdravá škola pre ich aktivity v Starom Meste.

Do **Ukážkovej školy** sú aktuálne zapojené **tri staromestské školy** – ZŠ Vazovova, ZŠ Mudroňova a ZŠ M. R. Štefánika na Grösslingovej ulici a **9 materských škôlok** v zriaďovateľskej pôsobnosti mestskej časti.

„Každá moderná škola musí nevyhnutne zmeniť postoj k stravovaniu. Potreba vytvárania jedálneho lístka aj so zdravšími alternatívami je častou požiadavkou aj zo strany rodičov. Pre nás ako samotnú školu v rámci fungovania školskej jedálne je veľmi aktuálna aj otázka plytvania potravinami, veríme, že aj pri jej riešení nám bude projekt nápomocný,” uzatvára riaditeľ ZŠ Mudroňova, Richard Savčinský.