

EFOP-1.8.5-17 MENŐ MENZÁK AZ ISKOLÁKBAN

EFOP-1.8.5-17 Menő menzák az iskolákban – Egészséges étkezést és életstílust népszerűsítő programok

EFOP-1.8.5-17-2017-00009

Kedvezményezett neve	Iskolánkért Alapítvány
A projekt címe	Ételed az Életed!
Megvalósítás helyszíne	Kiskunhalas

Megítélt támogatás összege (Ft)	20 000 000
---------------------------------	------------

Támogatási arány (%)	100
----------------------	-----

Projekt tervezett kezdése	2018.01.01
---------------------------	------------

Projekt tervezett befejezése	2019.04.30
------------------------------	------------

A gyermekek harmonikus testi, szellemi, valamint lelki fejlődéséhez különösen fontos a rendszeres testmozgás és az egészséges táplálkozás. A kiegyensúlyozott táplálkozás az

életfolyamatok működéséhez szükséges energiát szolgáltató zsírokat és szénhidrátokat, testépítő fehérjéket, , az anyagcsere szabályozásában részt vevő vitaminokat és ásványi anyagokat olyan mennyiségben és arányban tartalmazza, amely optimálisan biztosítja az egészség megóvását, illetve a betegségek megelőzését.

Gyermekkorban a kiegyensúlyozott táplálkozás a fejlődés és a növekedés egyik alapfeltétele. Ebben az életkorban alakul ki az ízlés, a táplálkozási szokások, a helyes étkezési mód és a kulturált étkezési magatartás. Az ekkor megszerzett ismeretek meghatározó befolyást gyakorolnak az egész további életre. Nem utolsósorban a gyermekek rendszeres, életvitelszerű testmozgása, valamint a megfelelő, kiegyensúlyozott táplálkozása és bizonyítottan hozzájárul az iskolai teljesítményhez, segíti a tanulást, csökkenti az iskolai hiányzások számát.

A pályázat megvalósítása során ezeket a célokat tartjuk szem előtt, és terveztük a programokat.

A megvalósítás során a szülőket is igyekeztünk a programba bevonni.

Megvalósított tevékenységek

1.a, b: A Kiskunhalasi Egészségfejlesztési Iroda (EFI) munkatársai fogják elvégezni a Közreműködő Szervezet iránymutatása alapján. A tevékenység végén

dietetikus szakember, orvos által történő kiértékelés. Projekt első 2 hónapja és záró 2 hónapja.

1.c: A projekt teljes időtartama alatt egy dietetikus szakember kerül alkalmazásra megbízási jogviszonyban, akinek munkaideje heti 4 órás. A dietetikus/táplálkozástudományi szakember hetente 4 órában személyesen rendelkezésre áll az iskolában.

1.d: Minőség nem mennyiség I-II. előadás sorozat. Előadások a nem megfelelő táplálkozás következményeinek tudatosítása érdekében. Ételallergia, mintareceptek, Ismerkedés az energia egyensúllyal, a minőséget meghatározó tényezőkkel.

Egészség egy életen át „ Reggeli fontossága”- Irányított beszélgetés, 6 alkalom.

Biztonság a konyhában – irányított beszélgetés 8 alkalom

Beszéljünk róla „Éhségfa” – készítése – irányított beszélgetés 5 alkalom

2: Az iskolai vezetékes vízhálózatból származó víz minőségének javítására szűrőberendezés beszerelése, 5 db.

3.a: Reformkonyha a menzán. Egészséges desszertek, zöldségek kínálása, 2 alkalom, az iskolai menzán ételkóstoló nap.

3.b: Csirkepörkölt újra töltve, az iskolai Majálison tematikus főzőverseny a benevezett csapatok számára. 1 alkalom, 20 csapat.

Család a konyhában: Megadott idény jellegű alapanyagokból saját egészséges recept alapján elkészített ételek versenye. Családok jelentkezhetnek, 5 alkalom.

3.c: Én így csinálom. Az Egészségnap keretén belül előadás szervezése országosan ismert személyiség segítségével. 1 alkalom.

Gyere majd én megmutatom. A Majális keretén belül egy közismert személyiség egészséges ételt főz és közben beszélget az érdeklődőkkel. 1 alkalom.

3.d: Rajzolj az egészségedért. A Minta Menza programhoz alátét elkészítése. 4 témában. 4 alkalom.

Dekorációs anyagok: A projekt egyes elemeihez szórólapok, Roll-up-ok, display készítése.

4.a: Minta Menza „Ünnepi vendégvárás”, A kulturált étkezési környezet kialakítása. Eszközbeszerzés.

4.b: Minta menza, A kulturált étkezési környezet kialakítása., eszközbeszerzés.

4.c: Fűszerkert kialakítása, Az iskola udvarának egy elkülönített, elzárt részén kerül kialakításra a fűszerkert.

Választható tevékenységek: Tankonyha kialakítása, Salátabár, gyümölcsbár szolgáltatás