

Laktea[®] o.p.s.

Ovoce a zelenina do škol • Školní mléko

**Programy „Školní mléko“,
„Ovoce a zelenina do škol“
a zdravý životní styl mládeže.**

Osnova příspěvku

- **Současný stav v rámci EU**
- **Situace v ČR**
- **Praktické náměty k realizaci programů na školách**
- **Edukativní rozměr a navazující projekt LAKTEA, o.p.s – www.fitkonto.cz**

Současný stav v rámci EU

- **Školní mléko** – od roku 1977, momentálně na něm participuje 20 milionů dětí, EU se podílí jen na části nákladů (různé vstupy jednotlivých národních vlád), účastní se 26 států
- **Ovoce a zelenina do škol** – od roku 2009 – nyní je zapojeno okolo 10 milionů dětí, EU hradí především náklady spojené s distribucí a vzděláváním, účastní se 24 států

Další plány v rámci EU

- Právě probíhá schvalování **akčního plánu** na následujících 6 let – do roku 2023
(celkový rozpočet € 250 milionů ročně)
- **Optimalizace distribuce** – 2 různé platformy se stejnou cílovou skupinou
(netýká se LAKTEA, o.p.s)
- Důraz na co největší **podíl čerstvých produktů** před zpracovanými
- **Doprovodné vzdělávací programy** – cca 15% celkových výdajů - zdravé stravovací návyky, eko výchova – obaly, odpad, organizování výletů k výrobcům potravin, do sadů, na farmy, zařazovat lokální speciality...

Školní mléko v ČR

- Týká se **mateřských, základních i středních škol**
- Podstatou podpory je **dotace ceny vybraných výrobků** (podílí se i vláda ČR)
- Žák má nárok **na jeden dotovaný výrobek každý vyučovací den!**
- **Zdravotní význam**
 - nezastupitelnost mléka a mléčných výrobků z hlediska vývoje dětí
- **Význam společenský**
 - získávání správných stravovacích návyků
 - úspory výdajů na zdravou výživu rodinám s dětmi



„Školní mléko“ – sortiment dodávaných dotovaných produktů

- Neochucené polotučné mléko 250 ml
- Ochucené polotučné mléko 250 ml
- Jogurt 150g
- Jogurtové mléko 250 ml
- Čerstvý sýr 80g
- Tvarohové a smetanové krémy 80g



Výhody pro rodinu

Ekonomické výhody - příklad:

2 děti, berou 3 x v týdnu dotovaný mléčný výrobek
(1 x mléko ochucené, 1 x jogurt, 1 x jogurtové mléko)

Rodina uspoří ročně cca 1.200 – 1.500 Kč, což za 9 let
školní docházky může být více než 12.000,- Kč

Provozní výhoda – spoléhám se, že několikrát týdně ve
škole dítě/děti dostanou ke svačině mléčný výrobek

Zdravotní přínos – nejen zdroj vápníku a případně
probiotik, ale i snížení glykemického indexu svačiny

Realizace programu na školách

- Spolupracující osobou je pracovník školy (vychovatelka, školník, učitel, pracovník jídelny....)
- Spolupracující osobu je dobrovolník obvykle rodinný příslušník žáka (matka na mateřské dovolené, babička v důchodu...)
- Volný prodej žákům – školní bufety – dítě má kapesné a dle chuti si vybírá mléčné výrobky
- Prodej formou předplatného („mlíčenky“, konkrétní výrobky v určité odběrové dny...)

Program Školní mléko v ČR v číslech:

(školní rok 2014/15)

- Průměrný počet zapojených škol 3 012
- Průměrný počet žáků 605 512
- Národní podpora 48 378 000 Kč
- Podpora z EU 11 266 000 Kč
- Podíl skutečných odběrů z celkového možného nároku 12,21%



Ovoce a zelenina do škol v ČR

- Vyhrazen pro žáky 1. až 5. ročníků ZŠ
- Produkty jsou dětem dodávány zcela ZDARMA
- Dodávky minimálně 2 x v měsíci



Ovoce a zelenina do škol v ČR

- Zájem na poskytování ovoce a zeleniny a výrobků z ovoce a zeleniny dětem **ve vzdělávacích zařízeních**
- Přispívat k trvalému zvýšení spotřeby ovoce a zeleniny
- Vytvořit **stravovací návyky ve výživě dětí**
- Řešení je postaveno na partnerství mezi vzdělávacím úsekem, zdravotnictvím a zemědělstvím
- Je vyžadována **podpora projektu na školách formou doprovodných opatření**

Dodávané produkty:

- Čerstvé ovoce a zelenina, popřípadě balené čerstvé ovoce a zelenina, pokud neobsahují vyloučené přísady (přidaný cukr, tuky, sůl, sladidla).
- Balené ovocné a zeleninové šťávy, a pyré - pokud neobsahují vyloučené přísady (viz výše) ani konzervanty.
- Podíl balených šťáv a pyré může činit max. 25% z celkového počtu produktů, dodávaných do školy.
- S přihlédnutím k výživovému doporučení Ministerstva zdravotnictví pro obyvatele ČR, se upřednostňují: **jablka, hrušky, švestky, kedlubny, karotka, okurky salátové, ředkvičky, hrachové lusky a listové saláty.**

Doprovodná opatření:

- exkurze – exkurze do zemědělských a zahradnických podniků
- odborné přednášky – o produktech dodávaných v rámci projektu Ovoce a zelenina do škol
- ochutnávky
- školní soutěže
- vzdělávací materiály
- vzdělávací akce
- vybavení školních pozemků

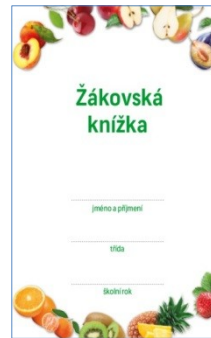


Realizace ve školách:

- Rozdělování ve školách v rámci svačin
- Dodržování zásad hygieny při konzumaci
- Angažovanost vyučujících 1. stupně
- Informace o produktech a zdravotní benefity na www.ovocedoskol.eu/produkty

Realizace ve školách:

Ovoce a zelenina do škol



Ovoce a zelenina do škol v číslech

- Počet zapojených škol 3 810
- Počet odebírajících dětí 539 747
- Celkové finanční prostředky 130 124 tis. Kč
- Roční limit na žáka 318,30 Kč



fitkonto

www.fitkonto.cz

Projekt LAKTEA, o.p.s., na podporu
zdravého životního stylu školní mládeže.

FIT KONTO – hlavní aktivity projektu:

- realizace **exkurzí k výrobcům a zpracovatelům potravin** a reportáže z nich
- propagace projektu – marketing - tiskoviny a **svačínové krabičky pro prvňáčky** – propagace FIT KONTO a info o dotovaných programech
- **soutěže pro školy** a spolupráce s učiteli – např. FIT SVAČINA- zdravá výživa
- web pro děti – www.fitkonto.cz – výživa, sport, vzdělávací soutěže, recepty

FIT KONTO – exkurze:

- Školami velmi pozitivně vnímaná a vítaná aktivita. V roce 2015 jsme zařadili nové subjekty, které provádí exkurze pro děti a umí poutavou formou přiblížit zemědělskou výrobu dětem
- Exkurze provádíme také u našich spolupracujících subjektů v programu Ovoce a zelenina do škol – např. poutavé vyprávění v jabloňovém sadu v nebo prohlídka komplexu skladování ovoce.

FIT KONTO – soutěže pro školy



Cíl: Motivovat žáky k aktivní účasti na přípravách školních svačin, zvýšení zájmu o problematiku zdravé výživy a důležitosti pravidelné a pestré stravy.

- Otevřená diskuse na téma zdravá FIT SVAČINA v rámci soutěžního kolektivu – schopnost domluvit se, spolupracovat, hledat kompromisy, odůvodnit svůj vlastní názor, práce s informacemi.
- Rozvíjení kreativity nejen z pohledu použitých surovin a přípravy pokrmu, nekonvenčního postupu práce, ale také servírování a fotodokumentace soutěžní práce.

FIT KONTO – soutěže pro školy

Soutěž pro školy – FIT SVAČINA – podzim 2015



www.fitkonto.cz

- **Jídlo** – skladba jídelníčku, tabulky Moje jídlo
- **Zdraví** – BMI pro děti, hygiena potravin
- **Sport** – e-tréninkový deník
- **Slovník**
- **Registrované zázemí**
- **Pravidelné vědomostní soutěže**

www.fitkonto.cz



fit konto



Moje jídlo

Je mi 6–10 let

Datum: od: _____ do: _____

fitkonto

Týdenní záznam – kontrola, zda mám pestrou stravu.
Snadno zjistím, žeho jím málo a čím se naopak přejiám.

Co je to porce?



- množství jídla jako pěst



- množství jídla jako je poutevle a pěst



- množství jídla jako jedlaň



- polévkováňke



- čajová šálka



- 250 ml

Skupiny potravin a jejich příklady.
Více na www.fitkonto.cz

	OBIILNINY, PEČIVO, TĚSTOVINY, RÝŽE	OVOCE	ZELENINA	MASO, RYBY, VEJCE, LUŠTĚNINY	MĚLEO A MĚLEČNÉ VÝROBKY	TUKY A SLANÉ POCHUTINY	CUKR A SLADKOSTI	VODA A NESLAZENÉ NÁPOJE	SLAZENÉ NÁPOJE
	<p>chleba, mňík, obilnínové kaše, ovesné vločky, koláče, bučky, bábovka, palačinka, lívance, oplatky, mňší tyčinky nebo sladké cereálie (obilňy, křupinky)...</p> <p>těstoviny, rýže, knedlíky (houškové, bramborové, ovocné), pizza, chléb...</p>	<p>ananas, banán, borůvka, brusky, citrusy, grapefruit, brozky, hňky, jablka, jahody, kiwi, maliny, mňandárinky, meruňky, pomeranč, švestky, nebo také ovocné pyré (přesádková)...</p> <p>džus 100% nebo smoothie...</p> <p>džem, mňameláda, sušené ovoce...</p>	<p>vařené brambory, zrnová nebo dušená a grilovaná zelenina</p> <p>např.: brokolice, cuketa, fazolky, paprika, keďlubova, květák, okurka, rajčata, ředkvičky, listový salát, špenát, zelí, hrášek, kukuřice, mrkev, plátek cibry, červená řepa, meloun...</p> <p>bramborová kaše, strouhané brambory, hranolky, kuskus...</p>	<p>plátek masa (hověčí, vepřové, drůbeží, mňlé, ryba), uzenina (výjimečně)</p> <p>rybu alespoň 2x týdně, 3 plátky sňstly = půl porce, 7 vejce = 1 porce</p> <p>urvala a čočka, hrášek, dzma, fazole...</p>	<p>mňleo neochucené, ochucené, jogurtové mňleo, mňléčné nápoje a koktejlů...</p> <p>tvrdý, tvrdňový pomazánka, jogurt, pňding, mozzarella, cottage...</p> <p>tvrdňový krmň, tavený sýr, stňrahňý sýr...</p> <p>tvrdňý sýr (asi 3 plátky)</p>	<p>rostlinňý tuk, olej, máso, sádlo, majonéza, kečup, hořčice, ocet...</p> <p>nesolené ořechy a semňlka, arašídové mňleo, kakaovníková pomazánka (jen 1 porce za den)</p> <p>Zde je tuk, kterňm obohacujeme jídlo (j. mašleno na pečivo, žlema do salátů). Nemň to tuk, kterň se používá při přípravě jídla (např. kukuřičný a ten, kterň je součástí ruzňých jídel)</p>	<p>cukr, med, javorový sňup...</p> <p>1 lžička, 102 letňínových mňdičků, 4 kostičky čokolády, pňl čokoládové tyčinky, kopeček zmrzliny, 1 namuk...</p>	<p>voda nebo voda s citronem, neslazené čaje...</p> <p>mňnedlíky a jemně ochucené mňnedlíky (jen 2 porce za den)</p>	<p>sladké limonády, ředěné ovocné džusy, voda se sňhou, slazený čaj, koktejl nápoje...</p> <p>(100% džus pomň do ovoce)</p> <p>V den, kdy více sportuj, mňlho 2–3 porce.</p>
Kolik porcí by mělo být:	3–4 porce	2 porce	3 porce	1–2 porce	3 porce	1–2 porce	0–1 porce	6–10 porcí	0–1 porce
ponděli									
úterý									
středa									
čtvrtek									
pátek									
sobota									
neděle									

Pozor, balení mohou být větší než 1 porce!

Když sním porci – škrtnu jeden symbol 😊.

Když nevíš, do které skupiny tvé jídlo patří, podívej se na www.fitkonto.cz

Kontakty

Kontakty:

LAKTEA, o.p.s., Krajní 680, Jesenice u Prahy

www.laktea.cz

www.ovocedoskol.eu

www.fitkonto.cz

Děkuji za pozornost.