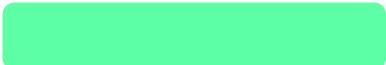




7 KORAKA DO ODGOVORNE PREHRANE

Ova publikacija je izrađena uz finansijsku potporu Europske unije. Udruga Lijepa Naša snosi odgovornost za sadržaj ovog dokumenta i on ne mora odražavati stajališta Europske unije.

LEGENDA

- Aktivnosti za dječje vrtiće 
- Aktivnosti za osnovne škole 
- Aktivnosti za srednje škole 
- Aktivnosti za osnovne i srednje škole 

Sadržaj

Znate li koje je jelo zajedničko svim krajevima Hrvatske i svijeta?	3
UVOD – PRAVA HRANA.....	5
7 KORAKA PREMA PRAVOJ HRANI.....	6
Kako motivirati odbor Eko-škole kroz razne korake.....	7
Motivacijska priča za dječji vrtić	8
Motivacijska priča za osnovne škole	8
Motivacijska aktivnost za srednje škole	8
ODBOR EKO-ŠKOLE	9
Motivacijska aktivnost za predškolski odbor Eko-škola	9
Motivacijska aktivnost za osnovnoškolski odbor Eko-škole.....	11
Motivacijska aktivnost za srednje škole	12
Aktivnost: Što smatram Pravom hranom?.....	12
Kako podijeliti uloge	13
Kako saznati tko je u čemu dobar.....	13
Aktivnost “Podjela uloga”	13
Primjeri dobre prakse	15
ANALIZA HRANE	16
Što ćete pronaći u radnim listovima Analize hrane?	16
Kako motivirati učenike da provedu Analizu hrane?	16
Motivacijska aktivnost za vrtiće	16
Motivacijska aktivnost za osnovne škole	17
Motivacijska aktivnost za srednje škole	18
Kako otkriti prednosti i slabosti, te odabrati područje s kojim će se kasnije baviti?	18
Dječji vrtić	18
Osnovne i srednje škole:.....	19
Primjer dobre prakse	20
AKCIJSKI PLAN.....	21
Zašto bi naše učenike trebali učiti da planiraju?.....	21
Što ne bismo trebali zaboraviti na našem putu?	21
Kako izabrati pitanja za Akcijski plan.....	21
Motivacijska aktivnost za vrtiće – Akcijski plan	22
Motivacijska aktivnost za osnovnu školu – Plan aktivnosti	23
Motivacijska aktivnost za srednje škole – Akcijski plan.....	24
Aktivnost za pomoć kod odabira rješenja – Točka prekida.....	25
Posebna aktivnost za starije učenike (stariji učenici osnovne škole i učenici srednje škole).....	25
Aktivnost koja pomaže pri sastavljanju Akcijskog plana – Radionica budućnosti	26
Put prema mašti	27
Primjer kako bi mogao izgledati Akcijski plan	29
Primjeri dobre prakse	29
PRAĆENJE STANJA I OCJENJIVANJE	30
Kako izbjegići razočaranja zbog neočekivanog neuspjeha?.....	30
Kamen spoticanja	30
Primjeri dobre prakse:	31
RAD PREMA NASTAVNOM PLANU I PROGRAMU (KURIKULUM)	32
OBAVJEŠĆIVANJE MEDIJA I UKLJUČIVANJE JAVNOSTI	32
Motivacijska aktivnost za vrtiće - obavješćivanje medija i uključivanje javnosti.....	32
Motivacijska aktivnost za osnovne škole – obavješćivanje medija i uključivanje javnosti	33
Motivacijska aktivnost za srednje škole – obavješćivanje medija i uključivanje javnosti	35
S kojim komunikacijskim oblicima raspolažete?	35
Kako promovirati projekt „Mi jedemo odgovorno“	36
Radni listovi informativnih oblika.....	36
Oglasna ploča	36

Članak.....	37
Internet.....	38
Prezentacija	38
Javni događaj	39
Kako planirati Javni događaj	39
O čemu razmišljati tijekom planiranja	40
Lista ideja za mali javni događaj	41
Primjeri dobre prakse	41
Uključivanje javnosti.....	42
Suradnja između škola.....	42
EKO-KODEKS – KODEKS ODGOVORNE PREHRANE.....	43
Kako osmislići kodeks odgovorne prehrane	43
Aktivnost “Odgovorna prehrana u našoj školi”	43
Primjeri dobre prakse	44
DODACI I PRILOZI	45
Prilog 1 – Plakat „7 koraka prema pravoj hrani“.....	45
Prilog 2 – Radni listovi – Analiza hrane 1	46
Prilog 3 – Radni listovi - Analiza hrane 2	51
Prilog 4 – Radni listovi - Analiza hrane 3	58
Prilozi za aktivnosti dječjeg vrtića	61
Prilog 5 – Slika „Obitelj Hrčak“.....	61
Prilog 5 A – Prva poruka Tate Hrčka	62
Prilog 6 – Druga poruka Tate Hrčka	63
Prilog 7 – Treća poruka Tate Hrčka	64
Prilog 8 - Set malih lica (nasmiješena, namrgođena)	65
Prilozi za aktivnosti osnovne škole	66
Prilog 9 – Strip „Stranci u ogledalu“.....	66
Prilog 9 A - Pismo “Stranci u ogledalu”	67
Prilog 10 - Strip “Mnogo pitanja”	68
Prilog 10 A - Pismo “Mnogo pitanja”	69
Prilog 11 - Strip “Dobar plan”	70
Prilog 11 A - Pismo “Dobar plan”.....	71
Prilog 12 - Strip “Želite li nešto znati?”	72
Prilog 12 A - Pismo “Želite li nešto saznati?”	73
Prilozi za aktivnosti osnovne i srednje škole.....	74
Prilog 13 – Slika „Odbor Eko-škole u kuhinji“.....	74
Prilog 14 – Opis uloga u Eko-odboru.....	75
Prilog 15 – „Palac gore – palac dole“	76

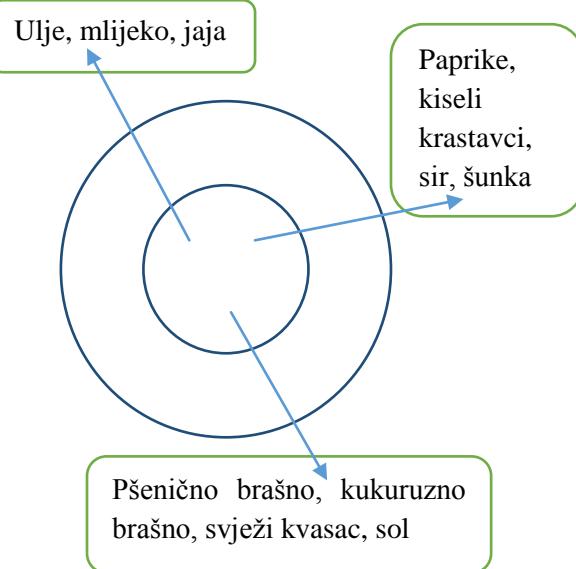
Znate li koje je jelo zajedničko svim krajevima Hrvatske i svijeta?

Radi se o globalnom jelu s tradicijom dugom koliko i povijest čovječanstva. Priprema se u različitim oblicima od različitih vrsta žitarica. Ovisno o kraju gdje se priprema dodaju se i raznovrsni drugi dodaci, poput mesa, povrća i sl. Imate li ideju što je to, jeste li shvatili?

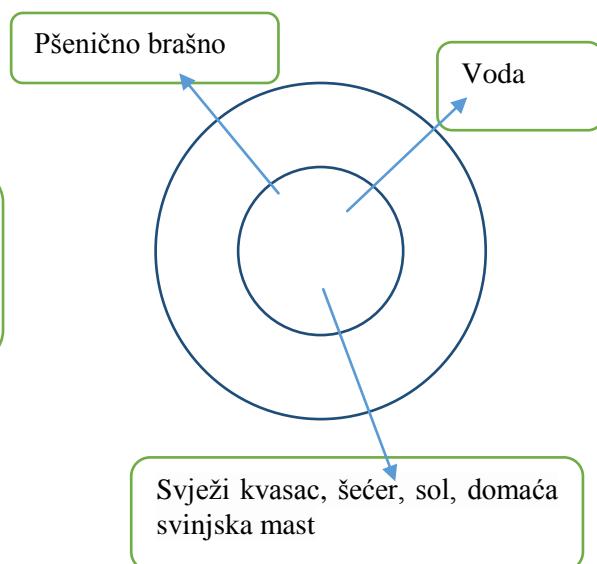
Da, to je **KRUH!**

Koju vrstu kruha vi volite?

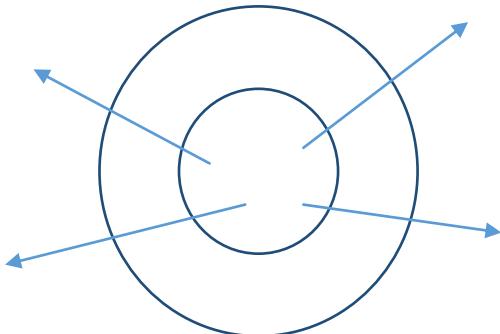
Kruh s povrćem



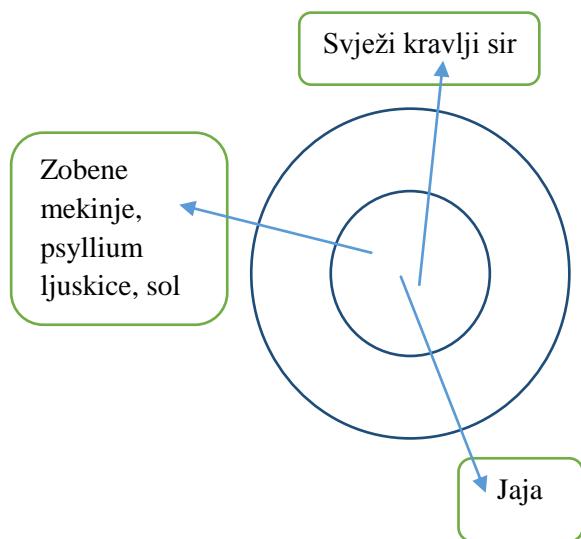
Kruh kakvog svi znamo



Ili volite drugu vrstu? Vaš...



Proteinski kruh



U Hrvatskoj, a posebice diljem svijeta postoji gotovo onoliko vrsta kruha koliko je i kuhara. Svatko može pripremiti kruh na svoj način. No problem je industrijska priprema kruha i uporaba prerađenih sirovina i aditiva. Danas rijetko tko peče kruh u svome domu. Uglavnom ga kupujemo u pekarama i supermarketima. No znamo li što se nalazi u kruhu kojeg tamo kupimo? Kako ga pripremaju? Tko i gdje ga peče?

U posljednje vrijeme smo svjedoci produciranja raznih dijeta koje isključuju kruh iz prehrane! Često čujemo izjavu „KRUH DEBLJA!“

No je li to stvarno tako? Zašto je kruh došao na loš glas?

Put od žitarica do brašna, od brašna do korištenja kvaščevih gljivica u pripremi tjestova, od tjestova do ispečenog kruha je jedna od fascinantnijih priča o čovjekovoj inovativnosti. Povijest kruha je, zapravo, povijest civilizacije jer je kultiviranje žitarica omogućilo prijelaz iz lovačkog i nomadskog stila života ka poljoprivredi i formiranju gradova.

Kruh spada među najstarije pripremanu hranu, a jeo se još 12 000 godina prije Krista kada se radio od vode i divljih žitarica. Od tada do danas prehranio je mnoge generacije, a nikoga nije udebljao.

"Možemo li poboljšati kruh koji jedemo da bi bio bolji i zdraviji, možemo li ga pripremiti sami?"

Poduzimajući mali korak naprijed prema odgovornijoj prehrani ne znači nužno da se moramo odreći stvari koje volimo, već možemo razmisliti kako hrana dospijeva na naš tanjur, koja priča stoji iza toga, te koji utjecaj ona ima na nas i naš svijet (više u uvodnom poglavljju). Tako primjerice, u našem kruhu ne trebamo zamijeniti brašno, ali možemo izbaciti aditive, provjeriti odakle nam brašno dolazi (uvozno protiv lokalnog), i sl.

Pokušajmo krenuti zajedno ovim teškim, ali vrlo prosvjetljujućim putovanjem prema odgovornijoj prehrani. Najvažnija stvar je poduzeti prve korake, a ovdje ih imamo sedam u obliku metodologije **7 koraka prema pravoj hrani**.

Sretan put i dobar tek!

UVOD – PRAVA HRANA

Poglavlje još nije gotovo, biti će dodano tijekom pilot godine.

7 KORAKA PREMA PRAVOJ HRANI



Plakat „7 koraka prema pravoj hrani“ – vidi prilog 1

ODBOR EKO-ŠKOLE	<ul style="list-style-type: none"> Okupiti prikladan tim koji će biti odgovoran za ovaj projekt i temu projekta (hrana) Podijeliti i definirati uloge članovima tima Motivirati školu za novu temu
ANALIZA HRANE	<ul style="list-style-type: none"> Istražiti školsku kuhinju i školsku kantinu, te baciti pogled na naše domove Procijeniti rezultate i utvrditi što bi se moglo poboljšati
PLAN RADA	<ul style="list-style-type: none"> Temeljem rezultata analize hrane utvrditi koje područje teme "Mi jedemo odgovorno" treba poboljšati Dogovoriti se što točno treba promijeniti Načiniti godišnji plan koji će nam pomoći da se približimo "Pravoj hrani"
PRAĆENJE STANJA I OCJENJIVANJE	<ul style="list-style-type: none"> Dogovoriti se kako bilježiti i procjenjivati tekuće postizanje ciljeva Kontinuirano nadzirati i procjenjivati naše korake
RAD PREMA KURIKULINU	<ul style="list-style-type: none"> Uključiti temu hrane u kurikulum
OBAVJEŠĆIVANJE JAVNOSTI I UKLJUČIVANJE MEDIJA	<ul style="list-style-type: none"> Informirati druge unutar i izvan škole o našem napretku u projektu "Mi jedemo odgovorno" Naučiti objasniti naše aktivnosti i postignuća, napisati članak, napraviti oglasnu ploču, poster i web-stranicu te informirati preko društvenih mreža Organizirati dogadjaj na temu hrane za školske kolege, roditelje i javnost Surađivati s roditeljima, javnošću, stručnjacima za hranu, poljoprivrednicima, kuharima, trgovcima
EKO-KODEKS – kodeks za odgovornu prehranu	<ul style="list-style-type: none"> Dogovoriti se što je za nas važno kod teme o hrani te isto dodati našem Eko-Kodeksu

Kako motivirati odbor Eko-škole kroz razne korake

Važno je za učenike da se zabavljaju tijekom projekta, da žele nastaviti i savladati teže i manje primamljive dijelove koji se mogu pojaviti tijekom njihovih aktivnosti. U tome može pomoći priča o motivacijskim aktivnostima koja povezuje svih 7 koraka. Cjelokupnu priču za svaku odgojno obrazovnu razinu možete pronaći u poglavlju Dodaci i prilozi; uz svaki korak navedena je aktualna aktivnost koja motivira i koja se odnosi na određeni korak.

Narančastom bojom  označene su aktivnosti za dječje vrtiće, ljubičastom bojom  označene su aktivnosti za osnovne škole, a zelenom bojom  aktivnosti za srednje škole uz svaki korak.

Motivacijska priča za dječji vrtić

To je priča o životinji koja se nađe u problemu vezanim uz hranu i traži pomoć djece. Djeca će postupno pomoći pri stvaranju priče i pratiti će ju crtežima kroz projekt. Rezultat će biti veliki plakat sa crtežima uz tekst ili knjiga s dječjim crtežima i pričom.

Životinski lik u priči je Tata Hrčak, koji traži prikladno mjesto za svoju obitelj gdje bi mogli biti sretni. Na takvom mjestu mora biti dobre visoko kvalitetne hrane. Mama Hrčak ne želi jesti bilo što i želi samo najbolje za svoju djecu. Je li vaš vrtić mjesto gdje bi se mogla nastaniti obitelj Hrčak? Dodite to saznati s Tatom Hrčkom. Hrčak se pojavljuje, dolazi u posjet prije svakog koraka, raspravlja o aktualnoj temi, te što bi trebalo učiniti s djecom ...

Motivacijska priča za osnovne škole

Poljoprivrednik iz prošlosti, koji je jednom imao farmu na mjestu gdje se sada nalazi škola, obraća se učenicima pismom. Koristeći ogledalo kroz koje vidi budućnost, kojeg je naslijedio od svojih predaka, vidi što se danas događa na mjestu gdje se nekoć nalazila njegova farma. Šalama i pismima počinje istraživati uz pomoć učenika što se dogodilo i gdje ljudi iz škole i okolice nabavljaju hranu, što jedu, tko za njih kuha ...

Učenici objavljaju svoje uratke, odgovore na pitanja i zahtjeve poljoprivrednika, upotrebljavajući oglasnu ploču, te ih mogu uvezati npr. u dnevnik.

Motivacijska aktivnost za srednje škole

Zadatak učenika je snimiti kratak film (10 min) na temu o odgovornoj prehrani koja se temelji na rezultatima analize hrane. Oni će odabrat određeni problem s kojima će se suočiti u dalnjim koracima dok će istovremeno raditi na filmu kojeg će na kraju objaviti na web-stranici projekta „Mi jedemo odgovorno“.

ODBOR EKO-ŠKOLE



Sastav odbora Eko-škole za projekt “Mi jedemo odgovorno” razlikovat će se i ovisitiće o uvjetima u kojima se nalazi Eko-škola. Možete koristiti postojeći odbor ili formirati pod-odbor koji će se baviti temom odgovorne prehrane. (Možete pronaći primjer iz škole – primjer dobre prakse – na kraju ovog poglavlja.) *Više informacija kako sastaviti odbor Eko-škola i ostale informacije možete pronaći na web-stranici projekta Mi jedemo odgovorno.*

Motivacijska aktivnost za predškolski odbor Eko-škola

Zadatak: Na prvom sastanku upoznajte djecu sa situacijom: u vrtiću se pojavio novi i neočekivani posjetitelj i ostavio poruku za njih. Djeci možete dati jednu zagonetku (opisite hrčka, a oni će pogadati o kojoj se životinji radi) ili možete zajedno naučiti pjesmicu o hrčku. Nakon toga možete zajedno pogledati gdje se hrčak pojavio i pronaći poruku u kojoj je Tata Hrčak predstavio sebe i svoju obitelj i tražio pomoć. On zamoli djecu da mu predstave odbor, pojedinačne članove odbora i njihove uloge

Kako podijeliti uloge u timu?

Što treba pripremiti:

- Mjesto u vrtiću, idealno je mjesto gdje se sastaje odbor Eko-škole gdje će se hrčak redovito pojavljivati, ostavljati poruke i naputke, i gdje ga djeca mogu posjetiti. Na tom mjestu možete također postaviti rezultate i informacije o projektu.
- Izlistana poruka i slika obitelji Hrčak (vidi Prilog 5 i 5 A).



Obitelj Hrčak – vidi prilog 5

Poruka 1 (prilog 5 A)

Pozdrav djeco!

Jesam li na pravom mjestu? Je li to vrtić odgojitelja/odgojiteljice(dodati ime odgojitelja-ice)? Ja sam Tata Hrčak i jedan prijatelj mi je rekao da vaš vrtić ima pametnu djecu koja bi mi možda mogla pomoći. Vidite ja imam težak zadatak. Moja supruga, Mama Hrčak poslala me da pronađem novo dobro mjesto gdje bi naša velika obitelj živjela. Mama Hrčak je jako oprezna i brižna, te kao svaka majka želi samo najbolje za svoju djecu. A to se odnosi i na hranu. Poslala me da pronađem novo mjesto gdje bismo mogli dobro živjeti i gdje ima dobre i zdrave hrane. Mislite li da bi vaš vrtić mogao biti takvo mjesto? Mama Hrčak mi je dala puno stvari koje moram saznati o ovom mjestu, možete li mi pomoći?

Ali prije nego što započnemo, želio bih vam predstaviti našu cijelu obitelji, naš tim Hrčak!

Za uvod koristite slike obitelji Hrčak, (vidi Prilog 5).

I to je to, naš tim Hrčak. A vaš tim? Koja je vaša uloga u timu? U čemu ste dobri?

Sliku obitelji Hrčak s objašnjnjem možete postaviti na oglasnu ploču, a djeca mogu pokraj slike stvarati vlastiti plakat predstavljajući odbor Eko-škole – lijepiti slike različitih članova, upisivati njihova imena i uloge koje imaju u timu. Upisivanju uloga prethodi podjela uloga u timu – tko je za što odgovoran, koje će uloge biti potrebne, tko je u čemu dobar.

Motivacijska aktivnost za osnovnoškolski odbor Eko-škole

Zadatak: Na prvom sastanku dajte učenicima prvi dio stripa. Navedite ih da potraže poštanski sandučić u kojem će pronaći pismo s više informacija. Nakon što pročitaju pismo, pristupite zadatku Dodjeli uloga. Učenici će morati odgovoriti na neka pisma. Za odgovore bi trebali koristiti ploču Eko-škole na kojoj će ih vidjeti i poljoprivrednik iz prošlosti i svi u školi.

Što treba pripremiti:

- Izlistati strip "Stranci u ogledalu", (vidi Prilog 9)
- Poštanski sandučić kojeg treba postaviti pokraj panoa Eko-škole u kojeg ćete postupno stavljati pisma
- Izlistati prvo pismo (stavite ga u poštanski sandučić prije sastanka tako da učenici mogu doći do sandučića i pronaći pismo čim pročitaju strip)



Strip "Stranci u ogledalu" – vidi prilog 9

Pismo "Stranci u ogledalu"(prilog 9 A)

Strancima u ogledalu,

Pišem vam ovo pismo jer moram saznati što se dogodilo. Otišao sam predaleko i više nema povratka. Moja znatiželja neda mi spavati. Što se dogodilo s mojom farmom i svime uokolo? Odakle nabavljate hranu? I što ljudi tamo jedu? Što se dogodilo?

Trebao bih se predstaviti. Zovem se(učitelj popunjava ime) i ja sam poljoprivrednik na obiteljskoj farmi koju sam naslijedio od oca, koji ju je on naslijedio od svog oca i tako nekoliko

generacija unazad. Vodim brigu o životinjama na farmi, poljima, voćnjaku... Živimo od onoga što ovdje uzgojimo, a višak prodajemo ili razmjenjujemo s ljudima oko nas.

Ali koga i što ja to vidim u ovom čudnovatom ogledalu koje vidi budućnost? To nije moja farma! A tko ste vi? Što radite? O čemu vodite brigu? Molim vas napišite mi odgovor na šarenu ploču koju sam video u ogledalu. (učitelj objašnjava da on misli na oglasnu ploču koja će biti njihovo mjesto komunikacije)

Nakon toga slijedi zadatak Dodjele uloga. Učenici će se predstaviti koristeći posjetnice koje će izložiti npr. na oglasnu ploču ili neko drugo vidljivo mjesto u školi.

Motivacijska aktivnost za srednje škole

Zadatak: Napravite s učenicima aktivnost “*Što smatram pravom hranom?*”, (vidi ispod). Nakon što definirate *Pravu* hranu, obavijestite učenike da će njihov zadatak biti snimiti kratak film na temu Odgovorne prehrane, za više detalja pogledajte pod “Film”, (link u nastavku teksta).

Aktivnost: Što smatram Pravom hranom?

Cilj: prvi osvrt na temu odgovorne prehrane i otkrivanje što učenici misle o pojmu Prava hrana – početna točka s kojom će se raditi tijekom projekta

Vrijeme: 20 – 30 minuta

Što je potrebno: svatko bi trebao donijeti hranu koja će se kušati a biti će popraćena izrekom ili izjavom o hrani, veliki komad papira ili ploče za pisanje definicija

Zadatak: Prije prvog sastanka odbora Eko-škole, zamolite učenike i ostale članove da na sastanak donesu hranu koju iz bilo kojeg razloga smatraju “*Pravom*”. Trebaju donijeti dovoljno hrane tako da ju svaki član može probati. Članovi će također pripremiti mali komadić papira s kratkom izjavom (može biti anonimno) zašto određenu hranu smatraju “*Pravom*”.

Na sastanku je postavljen mali švedski stol s hranom i pripadajućim izjavama i u odgovarajućem trenutku svatko će imati priliku probati što su drugi donijeli. Tijekom probe članovi odbora Eko-škole čitat će izjave. Zamolite učenike da koristeći izjave o hrani pokušaju osmislitи vlastitu definiciju “*Prave hrane*”, kako zamišljaju njezino značenje u tom trenutku te da to zapišu na papir.

Vjerojatno će sada, na početku projekta, učenici svoja mišljenja temeljiti na onome što je njima blisko i poznato. Vjerojatno još neće biti sposobni pokriti sve aspekte Prave hrane kako je ona opisana u uvodnom poglavlju. Ipak, to nije loše. Naprotiv, dobro je da imaju vlastitu definiciju koju su sami stvorili na temelju aktualnih razmišljanja o temi.

Ostavite po strani tu definiciju i ponovno ju koristite kod završne ocjene projekta (ili u prikladnom trenutku tijekom projekta) i zamolite učenike da ju prošire. Tijekom projekta oni će zasigurno razotkriti ostala gledišta što je Prava hrana, te koje posljedice možemo uzeti u obzir dok ju konzumiramo. Raspravite s njima kako su se njihovi stavovi mijenjali, te što su novo otkrili.



Film: Recite učenicima da će tijekom projekta snimiti kratak film na temu odgovorne prehrane temeljem rezultata analize. Kao primjer im možete pokazati slijedeći video (koristite link https://www.youtube.com/watch?v=KkYuCI_Qflw ili pronađite drugi koji smatrate prikladan).

Prije svega, kao i u filmu, mora biti jasno koju ulogu svatko ima u odboru Eko-škole, tko je za što odgovoran, tko je u čemu dobar i kako može doprinijeti, tako da tim radi besprijekorno.

Napravite s učenicima zadatak Dodjeli uloga. Za ovu prigodu možete koristiti nazine profesija osoba koje sudjeluju u snimanju filma (kuhar = redatelj, dobavljač = scenarist, manger = producent, itd.).

Kako podijeliti uloge

Timski rad zahtijeva uključivanje svih članova, a njihove različite uloge mogu biti od temeljne važnosti za cjelokupni uspjeh tima. Uloge pomažu učenicima da postanu svjesni svojih kvaliteta i da preuzmu odgovornost kao pojedinci za aktivnosti tima.

Kako saznati tko je u čemu dobar

Kako bi tim bio učinkovit, svaki član bi trebao imati ulogu koja mu je prirođena, koja im najbolje odgovara. Koja je to uloga?

Aktivnost “Podjela uloga”

Cilj: Učenicima se dodjeljuju uloge u odboru Eko-škole prema njihovim sklonostima.

Vrijeme: 30 minuta

Što je potrebno:

- Izrežite opise uloga (vidi Prilog 14), tako da svaki učenik ima jednu ulogu.
- Slika "Odbor Eko-škole u kuhinji", (vidi Prilog 13) za svaku grupu
- Irezane posjetnice tako da svaki učenik ima jednu posjetnicu



Odbor Eko-škole u kuhinji – vidi prilog 13

Opis aktivnosti:

Svaki učenik dobiva komadić papira s ulogom (slučajnim odabirom, tako da uloge nisu vidljive – mogu se izvlačiti iz šešira).

- Svaki učenik u sebi čita karakteristike određene uloge i razmišlja** je li prikladan za tu ulogu; obilježava li ga ta uloga ili ne.
- Učenici **formiraju grupe prema ulogama** koje su dobili (kuhari zajedno, dobavljači zajedno, itd.) Svaka grupa **dobiva sliku "Odbor Eko-škole u kuhinji"** na kojoj su navedene i opisane sve uloge. Za svaku ulogu, uključujući i vlastitu, **imenuju nekog iz odbora** (uloga može odgovarati nekolicini ljudi) za koga misle da bi bio prikladan. Pravilo je da svakom učeniku u odboru mora biti dodijeljena jedna uloga.
- Svatko** u grupi ujedno **odabire za sebe** jednu od ponuđenih **uloga**, onu koja najbolje odgovara njihovim sposobnostima i vještinama i koju bi **htjeliigrati**.
- Svaka grupa **predstavlja ulogu koju je izvukla** cijelom odboru, **osobe koje predlaže** i za koje smatra da bi trebale obavljati tu dužnost, te **navodi razloge za to**. Zatim i **ostale grupe izjavljuju** kome bi dodijelili tu ulogu. **Zatim predložene osobe izjavljuju** jesu li također odabrale tu ulogu i jesu li ju spremne **odigrati**. Tada se svi zajedno **dogovaraju** o konačnoj

odluci i **zapisuju rezultat**. (Svaki učenik ima pravo odbiti dodijeljenu ulogu, ali na kraju mora odabrat jednu od uloga.)

- Nakon što su uloge podijeljene, **svaki učenik** stvara vlastitu **posjetnicu**, koju potom stavlja na oglasnu ploču. Posjetnica će sadržavati simbol i naziv dodijeljene uloge, naziv i sliku učenika koji ju obavlja, a svaki učenik iz opisa uloge odabire obilježja i karakteristike koje ga najbolje opisuju, ukratko dodajući što će točno raditi. Svaku ulogu može obavljati više učenika i svaki od njih može imati nešto drugačija obilježja za ulogu (npr.: dobavljač Ivan je komunikativan, može brzo reagirati u situaciji i dobar je u razvrstavanju informacija... Dobavljač Ana je znatiželjna, voli skupljati informacije iz različitih izvora i dobra je u odabiru najvažnijih stvari koje će podijeliti s drugima) ... Cijeli odbor Eko-škola predstavit će se na oglasnoj ploči ili na drugom mjestu.

Opis uloga (prilog 14):



KUHAR – VODA TIMA – voli organizirati stvari, voli raditi s ljudima, dobar je u obavljanju više poslova u isto vrijeme, ima prirodan autoritet, otvorena je osoba koja ne odbija druga mišljenja i ideje, može voditi sastanke i rasprave ...



DOBAVLJAČ – TRAŽITELJ INFORMACIJA – znatiželjan, komunikativan, brzo reagira, dobar u traženju kontakata i resursa, sposoban u primjeni pravih informacija, sortiranju i odabiru onoga što je bitno za podijeliti s drugima...



MODERATOR – OBLIKOVATELJ TIMA – društven, pozitivan, prijateljski nastrojen, ima sluha za potrebe drugih, maštovit, zna slušati...



EKSPERIMENTALNI KUHAR – IZVOR IDEJA – kreativan, maštovit, ne voli dosadu ili stereotipe, vidi različite načine na koje se stvari mogu raditi, ne detaljizira, više voli osmišljavati nove ideje nego ih realizirati do kraja, glava u oblacima ...



MENADŽER – RAZVRSTAVA IDEJE – vidi stvari realno, razmatra mogućnosti – za i protiv, promatra stvari s različitih gledišta, praktičan pristup idejama, može ocijeniti što je izvedivo, čvrsto stoji na zemlji...



KRITIČAR –INFORMATOR – zna slušati, voli čitati i pisati, ima sluha za potrebe drugih, može objektivno prosuđivati stvari s različitih strana, kreativan, aktivran i komunikativan...



FOTOGRAF –DOKUMENTARIST – vizualno maštovit, ima osjećaj za uhvatiti pravi trenutka (kompoziciju) i za detalje, voli raditi s tehnologijom, strpljiv...



TAJNIK – sistematičan, savjestan, odgovoran, pouzdan, pragmatičan, može izdvojiti važne informacije za zapisnik...

Primjeri dobre prakse

1-2 primjera kako su pilot škole izabrale odbor Eko-škole, podijelile uloge i motivirale učenike za projekt „Mi jedemo odgovorno“. Popunit će se tijekom pilot godine – svaka zemlja će dodati jedan primjer dobre prakse iz svojih škola. STOGA VAS MOLIMO DA BILJEŽITE VAŠA ISKUSTVA.

ANALIZA HRANE

Kada želimo nešto promijeniti, dobro je utvrditi kakvo je trenutno stanje, te naše sljedeće korake temeljiti na tome. Isto vrijedi i za odgovorno konzumiranje hrane. Stoga započinjemo s analizom hrane. Radne listove s pitanjima na koja ćete vi i odbor Eko-škole pokušati odgovoriti možete pronaći u poglavlju Dodaci i prilozi – prilog 2, 3 i 4.



Što ćete pronaći u radnim listovima Analize hrane?

Pitanja su podijeljena na tri dijela prema mjestu na koje se odnose – školska kuhinja, školska kantina/automat za kupovinu i vaše kućanstvo.

Kod nekih pitanja pronaći ćete preporuke kako najbolje pronaći odgovor. Većina odgovora o školskoj kuhinji može se pronaći postavljajući pitanja izravno. Međutim, postoje druga pitanja kod kojih je bolje provesti anketu. Pitanja o odgovornoj konzumaciji hrane kod kuće kreirana su u obliku upitnika. Bilo bi dobro podijeliti taj upitnik što većem broju obitelji učenika.

Pojedinačna pitanja istaknuta su različitim bojama. Te boje označavaju pitanja unutar jedne podteme – narančasta je zdravlje i stil života, plava je lokalna hrana, zelena je ostaci hrane, ljubičasta je kultura konzumacije hrane. Te će vam boje pomoći da provedete analizu hrane kako bi utvrdili prednosti i mane i odabrali pitanja za Plan aktivnosti.

Savjet – Na kraju svake tablice u Analizi hrane pronaći ćete prazne rubrike koje možete popuniti vlastitim pitanjima.

Kako motivirati učenike da provedu Analizu hrane?

Motivacijska aktivnost za vrtiće

Zadatak: Na sastanku pročitajte djeci poruku Tate Hrčka: Mama Hrčak je pripremila listu pitanja za Tatu Hrčku o stvarima o hrani koja su joj bitna, a na koja on mora naći odgovore. Tata Hrčak moli djecu da mu pomognu i moli ih da provjere vrtićku kuhinju, pitaju kod kuće, te da pronađu odgovore na pitanja Mame Hrčak (vidi priloge 2, 3 i 4). Zatim prodite s djecom kroz listu pitanja, uključujući i to kako će pronaći odgovore, tko će što raditi, te postavite rok za Analizu hrane i provedite Analizu hrane. Djeca će nacrtati sliku studije.

Što je potrebno pripremiti:

- Izlistati poruku 2 (Prilog 6)
- Radni listovi Analize hrane (Prilog 2, 3 i 4)

Poruka 2 (prilog 6)

Pozdrav djeco!

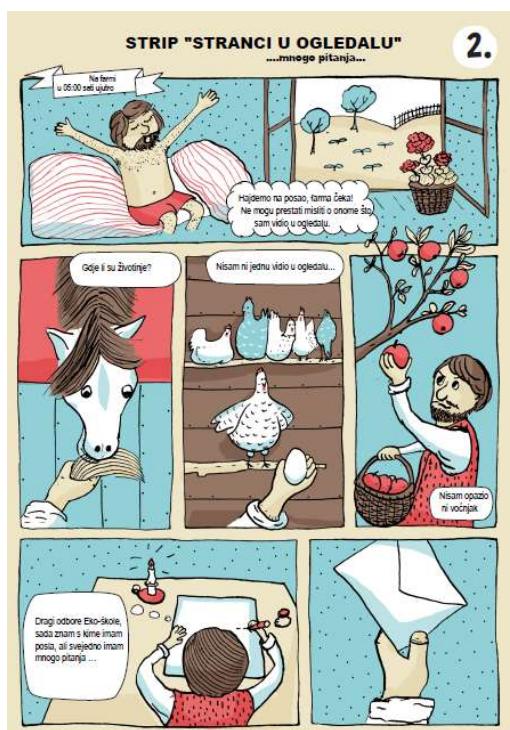
Kao što sam rekao, Mama Hrčak me zadužila da provjerim kako je ovdje i da saznam kako se hranite, te da li bi našoj maloj obitelji Hrčak ovdje bilo dobro. S obzirom da Mama Hrčak ništa ne prepusta slučaju, dala mi je listu pitanja o hrani. Trebao bih saznati odgovore, ali to ne mogu učiniti sam jer ne znam koga pitati i ne snalazim se ovdje. Možete li mi pomoći? Možemo li to učiniti zajedno? Moramo otići pogledati vrtičku kuhinju, a provjerit čemo i situaciju u vašim domovima. Ovo su pitanja!

Motivacijska aktivnost za osnovne škole

Zadatak: Na sastanku dajte učenicima sljedeći dio stripa pod nazivom "Mnogo pitanja" (vidi Prilog 10). Nakon što ga pročitaju, usmjerite učenike prema poštanskom sandučiću u kojeg ste prije sastanka stavili pismo "Mnogo pitanja". Nakon što ga pročitaju podijelite im radne listove Analize hrane. Prođite s njima kroz listu pitanja, uključujući i to kako će pronaći odgovore i tko će što raditi. Odredite rok za Analizu hrane, te ju provedite.

Što treba pripremiti:

- Izlistati strip "Mnogo pitanja" (vidi Prilog 10)
- Izlistati pismo "Mnogo pitanja" (prilog 10 A) i stavite pismo u poštanski sandučić odbora Eko-škole prije sastanka
- Radni listovi Analize hrane (Analiza hrane) (Prilog 2, 3 i 4)



Strip "Mnogo pitanja" – vidi prilog 10

Pismo "Mnogo pitanja"(prilog 10A)

Dragi odbore Eko-škole,

Sada znam s kim imam posla, ali svejedno imam mnogo pitanja. Razmišljao sam o tome cijeli dan dok sam radio. Oko vaše škole ne vidim polja koja obrađujete, voćnjak u kojem berete voće, polja na kojima pasu životinje koje vas opskrbliju mlijekom i mesom. Gdje su vaši pilići? Zar ne jedete jaja? Odakle pribavljate hranu? Gdje jedete? Tko uzgaja voće i povrće koje jedete? Što ustvari jedete? Jeste li s time zadovoljni? ... Molim vas, odgovorite mi! Znam da je to mnogo pitanja i možda neće biti lako pronaći odgovore. Morat ćete tražiti na različitim mjestima i svladati prepreke. Ali vjerujem da ste pravi tim za taj posao i da ćete biti sposobni pronaći sve informacije koje su vam potrebne.

Motivacijska aktivnost za srednje škole

Zadatak: Na sastanku Odbora Eko-škole razgovarajte s učenicima o sljedećem zadatku. *Naš odbor Eko-škole za snimanje filma podijelio je uloge, a sada mora pronaći dobar scenarij. Analiza hrane će nam pomoći odgovoriti na pitanje "O čemu će biti naš film?", lista pitanja će vam pomoći saznati kako vaša škola i vaši domovi stoje po pitanju odgovorne konzumacije hrane. Zatim ćemo odabrati područje koje ćemo pokriti u sljedećim koracima, a na kojima ćemo temeljiti naš film.*

Zatim podijelite učenicima radne listove Analize hrane. Prođite s njima kroz pitanja, uključujući i to kako će pronaći odgovore i tko će što raditi. Odredite rok za Analizu hrane te ju provedite.

Što treba pripremiti:

- Radni listovi Analize hrane (Analiza hrane) (Prilog 2, 3 i 4)

Kako otkriti prednosti i slabosti, te odabrat područje s kojim će se kasnije baviti?

Sada dolazi vrijeme da se ispune zadnja dva stupca radnih listova Analize hrane (Analiza hrane), te da otkrijemo što radimo dobro, a što trebamo poboljšati.

Dječji vrtić

Zadatak: Nakon što ste ispunili Analizu hrane, razgovarajte s djecom o rezultatima i motivirajte ih da rade malo više: Tata Hrčak nestrljivo čeka dječji izvještaj – kako izgledaju obroci u vrtičkoj kuhinji i kod kuće? Ali gledajući izvještaj - ne zna što bi s njime učinio. Mogu li mu djeca pomoći protumačiti rezultate Analize hrane? S čime bi mogla biti zadovoljna Mama Hrčak, a što joj se neće svidjeti? Tata Hrčak je pripremio mala lica za djecu koja mogu pridružiti pitanjima ovisno o tome kako su ocijenjena. Nasmiješena lica pridružuju se pitanjima kada su zadovoljni s rezultatom, a namrgodena lica kada bi se stvari mogle poboljšati.

Što je potrebno pripremiti:

- Set malih lica - nasmiješena, namrgođena (Prilog 8)
- Popunjeni radni listovi Analize hrane

Osnovne i srednje škole:

Zadatak: Nakon što su učenici dovršili Analizu hrane, razgovarajte s njima o rezultatima i dodijelite im aktivnost **Odabir područja**.

Što je potrebno pripremiti:

- Popunjeni radni listovi Analize hrane za svaku grupu (svaka grupa će ocijeniti dio Analize hrane)
- Set slika palac gore ili palac dolje za svaku grupu (prilog 15)
- Preslika u boji Analize hrane
- Papir za bilješke i računanje
- Škare

Aktivnost: Odabir područja

Cilj: Koristeći statističku metodu učenici će odabrati područje odgovornog konzumiranja hrane na koje treba obratiti veću pažnju i na kojem će nastaviti raditi.

Vrijeme: 30 minuta

Što je potrebno: vidi gore

Zadatak:

1. Na sastanku nakon što je dovršena cjelokupna Analiza hrane (Analiza hrane), podijelite učenike u grupe i dodijelite im pitanja tako da svaka grupa ima otprilike jednaku količinu pitanja (npr. Grupa 1 ima pitanja od 1-14 iz školske kuhinje, Grupa 2 pitanja od 15-28 iz školske kuhinje, Grupa 3 pitanja iz kantine/samoposlužnog aparata i Grupa 4 pitanja o vlastitom domu).
2. Svaka grupa dobiva set slika palac gore, palac dolje, te ih zajedno dodjeljuju ovisno o tome da li su zadovoljni rezultatom (palac gore) ili smatraju da je rezultat nezadovoljavajući, te da se nešto mora napraviti (palac dolje).
3. Nakon što su označena sva pitanja, grupe se zajedno sastaju i prolaze kroz Analizu hrane zajedno, te zajedno raspravljaju o problematici pitanja.
4. Nakon što su palčevi podijeljeni, učenici bi trebali izbrojati koliko je područja dobilo palčeve gore, a koliko palčeve dolje. Orientaciji pomaže boja kojom su označena pitanja (plava za utjecaj na resurse i klimu, lokalnu hranu; crvena za ostatke hrane, narančasta za zdravlje i stil

života, ljubičasta za kulturu konzumacije hrane i otvorenost prema raznim prehrambenim navikama i potrebama).

Oprez! Nemaju sva područja jednak broj pitanja, stoga je važno pretvoriti broj palaca gore i palaca dolje za određeno područje u postotke. Samo tada će biti moguće usporediti rezultate iz različitih područja.

Na primjer, područje Lokalna hrana sadrži 20 pitanja za školsku kuhinju, kantinu i vlastiti dom. Petnaest ih je dobilo palčeve gore, a pet palčeve dolje.

Područje	Ukupno pitanja	Pitanja s palčevima gore	Pitanja s palčevima dolje
Utjecaj na resurse i klimu, lokalnu hranu	20	15	5
Ostaci hrane			
Zdravlje i stil života			
Kultura konzumacije hrane			

100%....20 pitanja

Ovako bi trebalo izračunati snage i slabosti za sva područja.

Na primjer:

Područje	Palčevi gore	Palčevi dolje
Utjecaj na resurse i klimu, lokalnu hranu	75%	25%
Ostaci hrane	30%	70%
Zdravlje i stil života	15%	85%
Kultura konzumacije hrane	60%	40%

1. Ovim obračunom učenici će utvrditi područje koje zahtijeva veću pozornost i gdje bi bilo dobro pokušati promijeniti stvari na bolje. U našem je primjeru to rubrika Ostaci hrane.
 2. O tome kako odabratiti pitanja za Akcijski plan bavit ćemo se u sljedećem poglavlju, **Akcijski plan**.

Primjer dobre prakse

Popunit će se tijekom pilot godine.

AKCIJSKI PLAN

Zašto bi naše učenike trebali učiti da planiraju?

Dobar plan je poput dobre karte. Pomaže nam pronaći naš put do **cilja**. Razmišljanje o tome kako ćemo postupiti, što ćemo napraviti, te koje putove ćemo izabrati da postignemo naš cilj ubraja se među najvažnije aktivnosti za uspješno učenje i rješavanje problema u svakodnevnom ljudskom životu.



Što ne bismo trebali zaboraviti na našem putu?

- **Početna točka** – Mjesto na kojem se trenutno nalazimo, te s kojeg ćemo krenuti na naše putovanje prema odredištu – određujemo ga koristeći Analizu hrane
- **Cilj** – jasno definirano mjesto na koje želimo stići – što želimo postići s određenim problemom
- **Akcijski plan (Plan puta)** – broj koraka (stadija na putu) koje moramo poduzeti da bismo uspješno došli do cilja – tko će za što biti odgovoran, kako provesti određeni korak i do kada
- **Aktivnost** – provesti plan – krenuti na naš put
- **Ocijeniti aktivnost** – jesu li odabrani koraci bili ispravni? Jesmo li odabrali preporno putovanje? Jesmo li naišli na neočekivane prepreke? Ako jesmo, uspijevamo li ih savladati? Bismo li trebali predložiti drugi put prema istom odredištu? Jesmo li skrenuli s puta do našeg cilja tijekom putovanja? Kako da znamo da smo stigli?

Kako izabrati pitanja za Akcijski plan

U prethodnom koraku, Analizi hrane, odabrali smo područje s najviše poteškoća u okviru teme odgovorna prehrana i koje ima najviše slabih točaka (npr. područje Učinak na resurse i klimu i lokalnu hranu). Sada je za Akcijski plan nužno izabrati određena pitanja na koja ćemo se usredotočiti i kojima ćemo se dalje baviti. Pokušat ćemo predložiti kako poboljšati situaciju u školi (u slučaju slabosti) ili zadržati trenutačnu situaciju (ako odaberemo pitanje za koje se ispostavilo da predstavlja snagu). Na početku predlažemo da radite odaberete, npr. jednu slabost i jednu snagu, te oblikujete ciljeve umjesto da odaberete više ciljeva, jer bi izgubili puno vremena da ih ostvarite.

Ne zaboravite:

1. Kada sastavljate svoj Akcijski plan uključite planiranje javnog događaja koji bi trebao biti vrhunac cjelogodišnjeg truda (vidi primjer Akcijskog plana).
2. Predstavite dugima svoj Akcijski plan na privlačan i zanimljiv način. Upotrijebite oglasnu ploču, školske novine, web-stranice, itd..

Pretinac - od Analize hrane prema Akcijskom planu: Odabir područja ----- odabir određenih pitanja ----- oblikovanje ciljeva ----- sastavljanje Akcijskog plana

Motivacijska aktivnost za vrtiće – Akcijski plan

Zadatak: Utvrdite s djecom koja pitanja u Analizi imaju najnamrgodenija lica, te raspravite da li se nešto može učiniti kako bi obitelj Hrčak voljela živjeti ovdje. Možete li pronaći nešto što radite dobro (mnogo nasmiješenih lica) i što biste htjeli zadržati? Kako? Zajedno s djecom pokušajte odabrati s čime ćete se kasnije baviti, što biste htjeli poboljšati, što zadržati i što je realno moguće promijeniti, te pokušajte sastaviti Akcijski plan za pedagošku godinu.

Što je potrebno pripremiti:

- Popunjena pitanja Analize hrane
- Papir, olovke, flomasteri za sastavljanje Akcijskog plana
- **Slika Akcijskog plana Tate Hrčka, vidi Dodatak ...**

Odgojitelj se može igrati igračkom hrčka npr.: hrčak razgovara s djecom – ... *ovdje je jako lijepo, Mami Hrčak bi stvarno voljela kakoovo ispunjavaju odgojitelj ili roditelj ili sama djeca mogu predložiti što je imalo najviše nasmiješenih lica u Analizi hrane ... ali Mama Hrčak je jako izbjirljiva u vezi.....ovo ispunjava odgojitelj ili roditelj ili djeca ovisno o tome gdje su bila namrgodenja lica u Analizi hrane - slabosti. Je li moguće ispuniti zahtjeve Mame Hrčak? Što ćemo sve trebati kako bi potaknuli promjene... kako bi bilo bolje? Koliko vremena će nam trebati? Koliko energije ćemo trebati u to uložiti? Jesmo li uopće sposobni, je li to u našoj moći, da to promijenimo?*

Nakon što vi i djeca odaberete pitanja koja želite postaviti, pokušajte zajedno oblikovati cilj i sastavite Akcijski plan kako ga postići. Stavite to na oglasnu ploču ili na vidljivo mjesto u vrtiću tako da djeca mogu tamo otici, te raditi na tome za vrijeme trajanja projekta. Za primjer možete koristiti plan kojeg je sastavio Tata Hrčak):

Slika Akcijskog plana Tate Hrčka

Primjer Akcijskog plana Tate Hrčka

Cilj: Pronaći prikladno mjesto za život za moju obitelj kojoj je važno da ima visoku kvalitetnu, zdravu i ekološki prihvatljivu hranu. Crtanje – npr. hrčak na ciljnoj liniji reže vrpcu, iza njega je njegova obitelj s koferima a ispred njih vrtić ...

Korak 1: Odaberite i pronađite informacije o prikladnom mjestu u okolici. **Tko je odgovoran:** Tata Hrčak; **Rok:** kraj rujna; **Postignuto:** palčevi gore za da; **Crtež:** hrčak s dalekozorom, kopa kroz knjige, koristi računalno ...

Korak 2: Odaberite prikladno mjesto, sastanite se s lokalnim stanovnicima i pronađite prikladan tim za pomoć. **Tko je odgovoran:** Tata Hrčak; **Rok:** kraj listopada; **Postignuto:** palčevi gore za da; **Crtež:** Tata Hrčak s djecom u vrtiću.

Korak 3: Istražite mjesto. **Tko je odgovoran:** Odbor Eko-škole; **Rok:** kraj listopada; **Postignuto:** palčevi gore za da; **Crtež:** Hrčak i djeca ispituju hranu pod povećalom ...

Korak 4: Predložite što bi trebalo poboljšati, te sastavite plan. **Tko je odgovoran:** Odbor Eko-škole i Tata Hrčak; **Rok:** do Božića; **Postignuto:**..... **Crtež:**.....

Korak 5: Provedite predložene promjene. **Tko je odgovoran:** Odbor Eko-škole i Tata Hrčak; **Rok:** sredina svibnja; **Postignuto:**..... **Crtež:**....

Korak 6: Predstavite mjesto i njihove stanovnike obitelji. **Tko je odgovoran:** Tata Hrčak; **Rok:** kraj svibnja; **Postignuto:**..... **Crtež:**.....

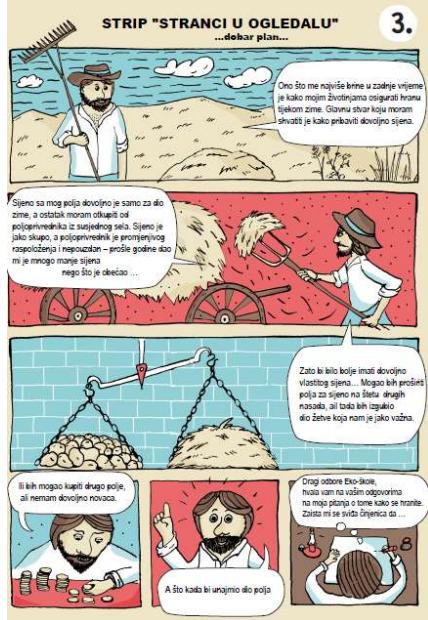
Kako ču znati da je moj cilj postignut? – Obitelj voli novo mjesto i Mama Hrčak je zadovoljna s hranom onđe. Svatko se želi doseliti u novo mjesto.

Motivacijska aktivnost za osnovnu školu – Plan aktivnosti

Zadatak: Na sastanku odbora Eko-škole podijelite strip učenicima pod nazivom „Dobar plan“ (vidi Prilog 11) i ne zaboravite staviti pismo u poštanski sandučić što će ih motivirati da nastave. Podsjetite učenike da prilikom razmatranja rezultata Analize odabera područje kojim će se podrobniјe baviti i koje zahtijeva njihovu pozornost. Sada će njihov zadatak biti odabrati određena pitanja (jedno od slabosti, jedno od snaga) s kojima će se kasnije baviti (mogu koristiti aktivnost Točka prekida, vidi str. 25 ili Posebnu aktivnost, vidi str. 25). Oblikujte ciljeve koje žele postići za odabrana pitanja. Zatim sastavite Akcijski plan koji vodi prema tim ciljevima (možete koristiti aktivnost Radionica budućnosti, vidi str. 26)

Što je potrebno pripremiti:

- Izlistati strip “Dobar plan” (vidi prilog 11)
- Izlistati pismo “Dobar plan”(prilog 11A) i pismo bi trebalo ubaciti u poštanski sandučić prije sastanka tako da učenici mogu otici do sandučića i pronaći ga čim pročitaju strip



Strip “Dobar plan” – vidi prilog 11

Pismo “Dobar plan”(prilog 11A)

Dragi odbore Eko-škole,

Hvala vam na vašim odgovorima na moja pitanja o tome kako se hranite. Zaista mi se sviđa činjenica da (ovo ispunjava učitelj na temelju rezultata Analize hrane), ali također vidim da bi nekoliko stvari bilo vrijedno promijeniti. Što mislite? Kao poljoprivrednik moram svaki dan odlučiti što bih trebao činiti, u što da uložim energiju, što je u mojoj moći, što mogu promijeniti i što je izvan mojih sposobnosti. Na primjer, danas sam se bavio važnim problemom koji se odnosi na moja polja, a na kraju sam pronašao način kako ga riješiti. Sada mi je važno da sve dobro isplaniram. Kako odabirete što vam predstavlja poteškoće i kako izgleda vaš Akcijski plan?

Motivacijska aktivnost za srednje škole – Akcijski plan

Zadatak: Podsetjite učenike da su u poglavlju Analiza hrane odabrali jedno područje koje zaslužuje njihovu pozornost i predstavlja temu za njihov film. Sada su usredotočeni na odabir određenih pitanja iz tog područja s kojima će se kasnije baviti (Točka prekida ili Posebna aktivnost, vidi str. 25), oblikovanje ciljeva koje žele postići i sastavljanje detaljnog Akcijskog plana kako bi ih postigli (npr. kroz aktivnost Radionica budućnosti, vidi str. 26). Naglasite učenicima da će njihov film biti uključen u Akcijski plan, ali da njegovo stvaranje ne bi trebalo zasjeniti pravi problem kojeg žele razmatrati u smislu odgovorne prehrane. Film bi trebao predstavljati uvod u problem, npr. može prikazivati rad na projektu ili dokumentirati trenutačnu situaciju koja se odigrava za vrijeme aktivnosti.

Aktivnost za pomoć kod odabira rješenja – Točka prekida

Cilj: postići dogovor u grupi i raspraviti različite prijedloge. Ova aktivnost pomaže iskristalizirati mišljenja i argumente, jasno i precizno komentirati temu, naučiti kako prihvati tuđe argumente, biti svjestan dinamike rasprave i cijele grupe, te pokazati dobru volju za postizanje dogovora.

Vrijeme: 30 – 45 min

Što je potrebno: pitanja iz odabranih dijelova Analize (uključujući popunjene slabosti i snage) izrezana u trake

Zadatak: Pripremite set pitanja (s popunjениm snagama i slabostima) iz područja koje ste odabrali u Analizi hrane kao ono za koje ćete izabrati pitanja za Akcijski plan (u našem primjeru to je bio Utjecaj na resurse i klimu i lokalnu hranu). Zapište svako pitanje (ili ga izrežite) na posebnoj traci papira tako da svaki par učenika ima kompletan skup pitanja. Zadatak je složiti se o redoslijedu pitanja od onih koje su na vrhu prioriteta do onih koja nisu tako važna. Zatim će par odlučiti gdje će napraviti granicu između pitanja s kojima se sigurno treba baviti i onih koje smatraju manje važnima. Ona će biti ispod "Točke prekida".

Nakon rada u dvoje, parovi se udružuju u četvero te ponavljaju aktivnost. Svaki par iznosi svoj redoslijed, te se pokušavaju dogоворити oko zajedničkog rješenja. Ovo можемо ponoviti sa cijelim timom. Na kraju ćemo imati redoslijed prijedloga s kojima se svi slažemo.

Razmišljanja: Kako ste izvršili usporedbu prioriteta? Što je bilo lako, a što teško? Kako vam je bilo složiti se s drugom grupom? Jeste li zadovoljni rezultatom?

Posebna aktivnost za starije učenike (stariji učenici osnovne škole i učenici srednje škole)

U prethodnoj aktivnosti odabrali smo pitanja iz Analize hrane koja smatramo da su važna za razmatranje (odabrali smo jednu snagu koju bismo htjeli zadržati i jednu slabost koju bismo željeli poboljšati), te za njih sastavili detaljan Akcijski plan. Odabrali smo ih po kriteriju **Važnosti problema**. Ovaj kriterij je samo jedan od mnogih o kojem smo razmišljali kada smo proveli odabir. Ostali kriteriji su:

1. **Finansijski zahtjevi** – koliko će novaca stajati rješavanje problema? Imamo li dovoljno? Jesmo li u mogućnosti sakupiti dovoljno?....
2. **Ljudski resursi** – koliko će ljudi biti potrebno za uspješno rješavanje problema? Imamo li ih dovoljno, odnosno možemo li ih pronaći dovoljno?....
3. **Potrebno vrijeme** – možemo li riješiti problem u zadanom roku?....
4. **Izvedivost promjena** – možemo li učiniti nešto u vezi problema ili je isti izvan našeg realnog dosega?....

Još jednom pogledajte zajedno odabrana pitanja (ili u grupama – svaka grupa može uzeti jedan kriterij po kojem ćete ocjenjivati odabrana pitanja) i pokušajte raspraviti može li odbor zaista razmotriti sva pitanja koja ste odabrali. Dogovorite se oko pitanja koja ćete ugraditi u Akcijski plan.

Aktivnost koja pomaže pri sastavljanju Akcijskog plana – Radionica budućnosti

Cilj: pomoći učenicima da stvore pristup koji vodi do postizanja oblikovanih ciljeva. Aktivnost se sastoji od tri povezane faze – faza kritike, faza mašte i faza provedbe.

Vrijeme: 45 - 60 min

Zadatak: *Faza kritike*: U prethodnim aktivnostima učenici su imenovali problem koji žele razmotriti temeljem Analize hrane škole, te su oblikovali ciljeve. Sada dolazi faza koja bi ih mogla iznenaditi. Neće odmah započeti planirati kako riješiti problem, već će naprotiv pustiti emocije da se razbuktaju u “fazi kritike”.

Podijelite učenike u grupe i dodijelite im zadatak: neka na komadić papira napišu i imenuju sve što bi moglo biti prepreka rješavanju problema, zašto možda neće biti uspješni u postizanju svojih ciljeva, zašto problem možda neće biti moguće riješiti. Neka iznesu sve što ih sputava u vezi određenog problema – ljutnja, prigovaranja, brige, kritike, problemi, itd.. Trebaju to uobičiti i zapisati što detaljnije, te zalijepiti na ploču ispod naslova problema na koje se odnosi.

Zatim zamolite učenike da od svih izjava odaberu one s kojima će kasnije raditi. Za to možete koristiti metoda evidentiranja (svatko ima određen broj odabira (recimo tri) koje mogu podijeliti po izjavama ovisno koje smatraju najproblematičnijima). Oni će odlučiti koliko izjava će prijeći u sljedeću fazu (faza mašte) i prema evidenciji odabrat će toliko izjava.

Pravila za fazu kritike (možete ih objesiti negdje na vidljivom mjestu tako da ih učenici mogu vidjeti):

- Izrazite emocije ljubazno
- Oblikujte svoje kritike precizno i određeno, te ih zapišite na komadiće papira
- Ne stavljajte prijedloge za provedbu
- Ne raspravljamte

Slika:

Problem: Školska kuhinja kod pripreme hrane ne prati sezonsku ponudu sastojaka (voće, povrće).

Cilj: Kuhinja ima u ponudi obroke temeljene na sezonskim namirnicama.

Naši školski kolege ne znaju što je sezonsko voće i povrće, te što sada uopće sazrijeva... većina restorana želi rajčice tijekom cijele godine, a ne samo ljeti... u kuhinji će nam reći da je to nemoguće... kuhanje ne znaju dovoljno recepta da bi kuhalili sa sezonskim namirnicama ... previše je komplikirano da bi uspjelo ... svježe i sezonske stvari bit će zasigurno skuplje, pa neće biti dovoljno novaca... nitko neće htjeti saznati kada nešto dozrijeva...

Faza mašte: To je najzabavnija faza. U njoj se učenici usredotočuju na budućnost. Učenici se oslobođaju od činjenica i stvarnosti, te na krilima kreativnosti i mašte otkrivaju idealni svijet u kojem je sve moguće. Nakon prethodne faze kritike, ipak treba doći u prikladno raspoloženje za ovu fazu. Upotrijebite sljedeću aktivnost:

Put prema mašti

Vrijeme: 10 minuta

Zadatak: Zamolite učenike da udobno sjednu ili legnu, zatvore oči, te u mislima krenu na putovanje na kojem ćete im se pridružiti. Zatim im pročitajte sljedeći tekst "Moja škola u budućnosti". Nakon što ste ga pročitali, zamolite ih da otvore oči tako da mogu podijeliti svoja iskustva. Za pratnju teksta možete koristit glazbu.

Moja škola u budućnosti:

Udobno sjednite ili lezite. Zatvorite oči. Duboko udahnite i polako izdahnite, ponavljajte to nekoliko puta ...

*Zamislite da ste u 2050. godini i da ste čuli za školu u kojoj je **apsolutno** sve moguće. Školu i život u školi vode učenici i učitelji zajedno. Sve funkcioniра na način koji niste mogli zamisliti niti u snovima. I tu školu možete posjetiti, ali samo jednom ...*

Zamislite da tu novu školu niste nikada prije vidjeli. Znatiželjni ste i želite naučiti što je više moguće o njoj.

Podđite s nama u šetnju i prvo istražite školu i njezino okruženje, zgradu i sve što je u njezinoj blizini. Zatim udite u školu i pažljivo ju razgledajte. Možda ćete nešto čuti ili namirisati, možda čujete zvukove ili glasove. Ta škola sigurno miriši veoma ugodno.

Zatim ćete upoznati neke kolege i učenike (učitelje i školske kolege). Upoznat ćete ih na način kako ste oduvijek željeli. Možda želite o nečemu razgovarati ili nešto zajedno planirati i raditi.

Nakon što ste sve vidjeli i zapamtili možete otići do mjesta gdje se održava nastava. Prvo pogledajte sve oko izbliza, boje, predmete. Usredotočite se i na učenike (ili učitelje ili školske kolege). Poslušajte zvukove i glasove i primijetite kakvo je postupanje učenika, te odnos između vas i učenika (ili učitelja i učenika) i kako se odvija nastava. Što je različito? Šta vam se posebno sviđa? Šta biste željeli ponijeti sa sobom?

Sada dozvolite da vam se sve polako slegne, a zatim vlastitim tempom izadite iz nove škole. Vratite se na ovo mjesto. Polako otvorite oči i protegnite se.

Nastavak faze mašte: Jednom kada su vaši učenici u pravom raspoloženju možete nastaviti s radom. Zamolite ih da odabrane izjave iz faze kritike pokušaju preoblikovati u pozitivne izjave (npr. *naši školski kolege ne znaju što je sezonsko voće i povrće i što je zrelo može se preoblikovati u svi naši školski kolege znaju što je sezonsko voće i povrće i kada što sazrijeva*). Tako dolaze do opisa idealnog cilja.

Zatim podijelite učenike u male grupe u kojima će nastaviti raditi. U ovom dijelu nema ograničenja. Zadatak učenika je napisati u oblake (koji podsjećaju na snove) sve što im se pojavljuje kao rješenje za odabrane točke, ali bez da dorađuju kako bi to postigli. Svaka grupa mora, npr., izmislići rješenje iz snova za jednu izjavu.

Npr.: Grupa s izjavom svi naši školski kolege znaju što je sezonsko voće i povrće i što kada sazrijeva piše u oblake svoje viđenje iz snova kako to postići, npr. svi učenici mogu promatrati u našem školskom vrtu kada dozrijeva voće i povrće... ili Nema trgovačkih lanaca, te sve naše voće i povrće kupujemo od poljoprivrednika ...U školi imamo golemi monitor koji pokazuje što je sada sezonsko ...

Pravila za fazu mašte (možete ih objesiti negdje na vidljivom mjestu gdje ih učenici mogu vidjeti):

- Dodite do ideje prema motu: "Sve je moguće"
- Čak i nerazumne i nerealne ideje su dobrodošle
- Koristite kratke početne fraze
- Bez kritike, ne sudite ideje drugih
- Bez rasprave
- Bez prijedloga za provedbu

Faza provedbe: Cilj ove faze je vratiti se s puta u oblacima dolje na zemlju u stvarnost i utvrditi: Što se može provesti? Što je moguće?

Neka učenici nastave raditi u istim grupama kao i u fazi mašte. Njihov će prvi zadatak biti odabratи kojeg će od svojih prijedloga iz snova predstaviti ostalima. Mogu se dogovoriti ili upotrijebiti metodu evidentiranja. Ipak, ovaj put bi prijedlog trebao biti izvediv.

Npr.: *U školi imamo golem monitor koji nam pokazuje što je sada sezonsko... to zasigurno neće biti moguće u školi, ali moguće bi moglo biti npr.: Možemo kreirati kalendar sezonskog voća i povrća, staviti ga na oglasnu ploču i na ulaz u kuhinju ili u svaki razred...*

Učenici će zajedno ugrađivati pojedinačne aktivnosti u Akcijski plan, uključujući tko će s kime i kada što raditi, te utvrditi način ocjenjivanja (kako znamo da je zadatak izvršen).

Pravila za fazu provedbe (možete ih objesiti negdje na vidljivom mjestu gdje će ih učenici moći vidjeti):

- Utopijske ideje stavite u okvire realnog svijeta
- Prilagodite ideje da budu praktične i određene
- Osigurajte povezanost s temom/zadatkom
- Naglasite korake koji vode do realizacije
- Pripremite daljnje aktivnosti (Akcijski plan)

Primjer kako bi mogao izgledati Akcijski plan

Cilj: Kuhinja/kantina bi trebala nuditi hranu ovisno o tome što dozrijeva ovdje i sada

Kako da znamo da je cilj ostvaren? U proljeće i jesen školska kuhinja/kantina najmanje dva puta tjedno nudi hranu od sezonskih sastojaka.

Korak 1. Razgovarajte sa školskom kuhinjom/kantinom te vidite jesu li spremni surađivati i predstavite im plan.

Odgovorna osoba: Maja; Pomažu: Ivan, Petar; Rok: kraj studenog; Postignuto: zastavica postavljena za postignuto

Korak 2. Istražite gdje se može kupiti svježe sezonsko voće i povrće i napravite listu tih mesta. Saznajte cijene ponuđene robe.

Odgovorna osoba: Tomislav; Pomažu: Iva, Josip, Sara Rok: Studeni - Veljača Postignuto:...

Korak 3. Napravite kalendar sezonskog voća i povrća, te ga objesite u školi i kuhinji/kantini.

Odgovorna osoba: Dubravka Pomažu: Luka, Marinka, Anita Rok: Studeni – Ožujak Postignuto:...

Korak 4. Sakupite recepte prema godišnjim dobima koristeći sezonsko voće, te ih ponudite kuhinji/kantini i domovima (internet).

Odgovorna osoba: Teuta Pomažu: Fran, Ana, Krešo Rok: Studeni - Ožujak Postignuto:

Korak 5. Sastavite detaljan plan javnog događaja (poljoprivredni sajam s kušanjem hrane od sezonskih sastojaka).

Odgovorna osoba: Dora Pomaže: cijeli Odbor Rok: krajem siječnja Postignuto: zastavica postavljena

Primjeri dobre prakse

Popunit će se tijekom pilot godine.

PRAĆENJE STANJA I OCJENJVANJE



Bilo bi divno kada bi se sve odvijalo onako kako smo planirali. Ali ako iz svijeta mašte preselimo u realnost shvaćamo da je uobičajeno da čak i najbolje osmišljeni planovi nailaze na neočekivane prepreke ili nove izazove s kojima se treba suočiti i koje treba savladati. Najbolje je računati na to da će se takve situacije pojaviti i postaviti na vrijeme neke kriterije prema kojima možemo procijeniti kako stojimo s ispunjenjem plana. Ako nešto ne ide prema planu, dobro je znati što napraviti.

Kako izbjegići razočaranja zbog neočekivanog neuspjeha?

1. Konstantno ocjenjivati projekt kako bi se na vrijeme utvrdilo da nešto ne funkcioni na način kako smo planirali, te reagirati na to
2. Vizualizirati našu ocjenu, npr. koristeći sretna i tužna lica, palčeve gore ili dolje, male zastave ili druge simbole – jasan sistem ocjenjivanja pomaže da saznamo bolje što funkcioni, a što ne
3. Unaprijed utvrditi način na koji ćemo nadzirati i ocjenjivati naše aktivnosti, te ga uključiti u Akcijski plan
4. Ocjenjivanje bi trebalo biti dio svakog sastanka Odbora Eko-škole – ocjena naše aktivnosti, suradnje, komunikacije, pojedinačnih koraka, kako ostvarujemo ciljeve....

Upozorenje! Ocjena također uključuje ocjenjivanje ankete koju učenici provode kao dio Analize hrane. Ako odaberu jednu temu iz ankete, npr. Ostaci hrane, morat će ocijeniti i početno stanje i stanje nakon dovršetka planiranih koraka kako bi utvrdili je li cilj postignut.

Kamen spoticanja

Tako nazivamo stvari koje nas zabrinjavaju ili sprječavaju na našem putu da uspješno ispunimo ciljeve. Dobro je uočiti kamenje spoticanja, te imenovati ih i pronaći način kako ih ukloniti. Kamen spoticanja je također naziv sljedeće aktivnosti kako bi se podržalo imenovanje problema i prijedlog rješenja.

Vrijeme: 30 - 45 minuta

Što je potrebno: dovoljan broj kutija prekrivenih komadićima papira na kojima se može pisati, pisaći pribor

Zadatak: Prvo dovedite Odbor Eko-škole u pravo raspoloženje: Kada nadziremo i ocjenjujemo izgleda da ne uspijevamo ispuniti jedan od predloženih koraka. Što bi mogao biti uzrok tome i kako možemo riješiti problem? Postavite nekoliko kutija u sredinu sobe (npr. kutija za cipele), koje će

predstavljati kamenje spoticanja – moguće uzroke problema. Unaprijed zaliđepite komade papira na kutije. Svaki učenik dobiva nešto za pisanje. Zamolite učenike da ustanu i prelaze preko sredine sobe od mjesta do mjesta i neka zamisle kako su kutije kamenje spoticanja. Svaki put kada se spotaknu na jedan od njih neka razmisle što je kamen spoticanja i što bi mogao biti razlog zašto ne uspijevaju završiti zadatku. Svoje prijedloge zapisuju na papir na kutiji. Kada se učenici više ničega ne mogu sjetiti i kada imenuju sve kutije, vraćaju se na svoja mjesta. Zatim istražuju probleme i razvrstavaju ih. Igra se nastavlja.

Kutije se ponovno postavljaju u centar sobe, a igra se ponavlja, ali s razlikom, kada se učenici spotaknu na kutiju, trebaju pročitati što je kamen spoticanja, te na komad papira napisati prijedlog kako riješiti problem i ubaciti ga unutra. Može biti više rješenja.

Na kraju, Odbor Eko-škole zajedno otvara kutiju, čita predložena rješenja, raspravlja o njima, te odlučuje koje su mjere realne, učinkovite i poželjne. Zajedno postižu dogovor.

Ova je aktivnost prerađena verzija metode preuzete iz knjige: Podpora participácie žiakov v programe Zelená škola [Potpora za sudjelovanje učenika u programu Eko-škola]. Objavio Živica, 2012.

Primjeri dobre prakse:

Nekoliko objašnjениh primjera sustava ocjenjivanja i nadzora primijenjenih u raznim pilot školama... 3 primjera (1 za vrtiće, 1 za osnovne škole i 1 za srednje škole)...ispunit će se tijekom pilot godine

Koristan link: PUPD - Planiraj–učini–provjeri–djeluj je model od četiri koraka za provedbu promjena. Jednako kao što krug nema kraja, tako i PUPD krug treba uzastopno ponavljati za stalno poboljšanje. <http://asq.org/learn-about-quality/project-planning-tools/overview/pdca-cycle.html>

RAD PREMA NASTAVNOM PLANU I PROGRAMU (KURIKULUM)

Ljudi rade bolje kada znaju zašto nešto rade i kada mogu odlučiti koju će stvar učiniti temeljem informacija. Na isti način, učenici trebaju stići određeno znanje o temi odgovorne prehrane kako bi mogli planirati i ostvariti promjene u svojoj prehrani. Zato program Eko-škole uključuje ovaj korak.

Temu odgovorne prehrane može se uključiti unutar različitih predmeta. ***Radni listovi za različite odgojno-obrazovne razine mogu vam pomoći u uključivanju teme u kurikulum. Radni listovi će se sastavljati tijekom trajanja pilot godine u suradnji s učiteljima.***



OBAVJEŠĆIVANJE MEDIJA I UKLJUČIVANJE JAVNOSTI



Uz malo preuveličavanja mogli bismo reći da onaj koga se ne čuje, kao i da ne postoji. Ako trebate podršku za svoje planove, ljudi moraju za njih saznati.

Također, tijekom projekta trebali bi ih nastaviti informirati. Pokušajte držati druge u napetosti tako da znaju da se još uvijek nešto događa u što se mogu uključiti. Jeste li uspjeli postići svoje ciljeve? Onda svakome tko vam je pomogao ili je samo pratilo recite kako je vaš projekt uspio i što ste postigli.

Vaš rad na projektu, što je on za vas učinio, što ste naučili zahvaljujući njemu, koga ste upoznali, što ste otkrili, sve to zajedno čini jednu veliku priču. A priče se trebaju ispričati kako bi se proširile među ljudima, kako bi ih nadahnule, kako bi naučili, razmišljali... Zato i vi podijelite svoju priču!

Motivacijska aktivnost za vrtiće - obavješćivanje medija i uključivanje javnosti

Zadatak: Na početku sastanka pročitajte ili na drugi način predstavite djeci (npr. putem igrokaza) poruku Tate Hrčka. Poruka bi trebala motivirati djecu da informiraju druge o svom radu na projektu unutar vrtića i izvan vrtića. Nakon što ste pročitali poruku, zamolite djecu da predlože načine na koje mogu informirati druge o tome što se događa s projektom i o hrani i njezinom utjecaju na zdravlje i svijet oko nas. Neke načine informiranja već koriste – oglasna ploča, izložba slika..., a mogu načiniti i druge.

Dogovorite se s djecom koji ćete javni događaj za publiku organizirati i uključiti pripreme za to u Akcijski plan. Možete upotrijebiti vlastitu ideju ili odabrati jednu od mogućnosti predstavljenih u paragrafu *Lista ideja za mali javni događaj*, vidi str. 41. Kao dio javnog događaja može se održati službena prezentacija vrtića Mami Hrčak i njezinoj obitelji.

Poruka 3 (prilog 7)

Pozdrav djeco!

Moram vam reći što me muči. Mnogo sam razmišljao jučer na putu kući. Mnogo smo toga zajedno postigli i saznali smo mnoge stvari. Gledamo našu hranu pokušavajući saznati što je dobro za nas i za svijet oko nas, te pokušavamo promijeniti barem nešto. Ali kako bismo to trebali reći drugima? Ne bi li bilo dobro kada bi što više ljudi znalo za to? Osim toga, svi mi trebamo jesti i trebali bi misliti o tome što jedemo. Moj rođak Luka, npr., ne mari što jede te odakle hrana dolazi, je li zdrava ili ne, njega samo zanima kakvog je okusa. Kladim se da nije jedini.

Možda bismo mogli pomoći takvim ljudima. Kako? Govoreći im što smo saznali tijekom trajanja projekta, te kako pokušavamo učiniti male promjene ovde u našem vrtiću i kod kuće. Možemo pokušati organizirati događaj za ljude na kojem ćemo s njima razgovarati o hrani i njezinom utjecaju. Možda će ih onda početi zanimati odakle dolazi hrana i kako utječe na naša tijela i naš okoliš, te ćemo možda tada početi pomagati jedni drugima.

Hoćemo li onda pokušati doći do toga kako možemo reći ljudima i Mami Hrčak za naš projekt o hrani?

Motivacijska aktivnost za osnovne škole – obavješćivanje medija i uključivanje javnosti

Zadatak: Na početku sastanka podijelite učenicima strip „Želite li nešto znati“ (Prilog 12), a prije sastanka stavite posljednje pismo u kutiju. Nakon čitanja pisma, zamolite učenike da predlože na koji način bi mogli informirati ljude izvan i unutar škole o tome što se događa s projektom o hrani, te kako on utječe na naše zdravlje i svijet oko nas. Odredite tko će biti odgovoran za određeni način informiranja, te ovisno o tome podijelite im Radne listove za informativne oblike.

Dogovorite s djecom koji ćete javni događaj organizirati, a pripreme za taj događaj uključite u Akcijski plan. Možete provesti vlastitu ideju ili odabrati jednu od mogućnosti predstavljenih u paragrafu *Lista ideja za male javne događaje*, vidi str. 41.

Što je potrebno pripremiti:

- Izlistati primjerak stripa “Želite li nešto znati?” (vidi prilog 12)
- Izlistati primjerak pisma “Želite li nešto znati?”(prilog 12A) i ne zaboravite prije sastanka staviti pismo u poštanski sandučić gdje će ga djeca pokupiti nakon čitanja stripa
- Radni listovi za informativne oblike, vidi u nastavku teksta



Strip “Želite li nešto znati?” – vidi prilog 12

Pismo “Želite li nešto saznati?”(prilog 12A)

Dragi Odbore Eko-škole,

htio bih se zahvaliti što ste mi dopustili da pogledam u vaš svijet i saznam kakva će biti situacija s hranom za stotinu godina. Ne znam što bih s time učinio, a neke stvari uopće ne razumijem. Kako je moguća takva ogromna promjena? Mnogo sam se puta borio s pitanjem mogu li nešto promijeniti ako nekome kažem što vidim u ogledalu. Ustvari sam to i pokušao, ali nitko mi nije vjerovao, te su mislili da sam lud.

Ali vi biste trebali govoriti ljudima o svom radu, što ste saznali, naučili i otkrili. Nemojte svoja otkrića zadržati za sebe, nadahnite ostale, kako u vašoj školi, tako i izvan nje. Napravili ste dobar dio posla koji će zasigurno impresionirati druge, te ih uvjeriti da i oni mogu učiniti barem mali korak za bolju prehranu, tako da ih zanima što jedu, na koji način hrana dospijeva na njihov tanjur i koji utjecaj ima na njih i njihov okoliš.

Drago mi je da u budućnosti još ima ljudi koje zanima što se oko njih događa, te to pokušavaju poboljšati.

Prijedlog –tijekom pilot godine možete održati nastavu sa stripovima i pismima gdje bi učenici usporedili ranije oblike poljoprivrede i proizvodnje hrane s onima danas...

Motivacijska aktivnost za srednje škole – obavješćivanje medija i uključivanje javnosti

Zadatak: Recite učenicima da uspjeh filma dijelom ovisi o dobroj promidžbi. Svaki dobar producent pokušava pobuditi svijest o filmu čak i za vrijeme snimanja, te koriste različite alate kako bi to postigli.

Zamolite učenike da predlože načine na koje će moći informirati ljudi unutar i izvan škole o tome što se događa s projektom o hrani, kao i o njegovom utjecaju na zdravlje i svijet oko nas. Odredite tko će biti odgovoran za određeni način informiranja, te im ovisno o tome podijelite Radne listove za informativne oblike.

Dogovorite s učenicima koji će javni događaj organizirati, a pripreme za taj događaj uključite Akcijski plan. Možete provesti vlastitu ideju ili odabrat jednu od mogućnosti predstavljenih u paragrafu Lista ideja za male javne događaje, vidi str. 41.

Jeste li već snimili film, obradili i razvili zvuk za film, jeste li spremni pustiti film u javnost? Onda je došlo vrijeme da ljudi saznaju za film. Tijekom pregledavanja pružite ostale informacije o projektu i o temi odgovorne prehrane, o vašem istraživanju i promjenama koje ste postigli. Informirajte i nadahnite javnost. Možete podijeliti film na društvenim mrežama i web stranicama (školska web-stranica, web-stranica projekta, itd.). Također ga možete koristiti kao dio planiranog Javnog događaja, npr., da privučete ljudi na događaj, kao pozivnicu ili možete pustiti film na početku ili za vrijeme samog javnog događaja (npr. Film može biti prikazan kao dio regionalnog Cafe događaja nakon kojeg će uslijediti rasprava sa stručnjacima, itd.)

S kojim komunikacijskim oblicima raspolažete?

Za svaki informativni oblik pronaći ćete radni list u nastavku teksta. Radni listovi sadrže upute za odgovarajuću upotrebu, te su sastavljeni tako da se mogu izravno uručiti učenicima koji su odgovorni za određeni alat.

- **Oglasna ploča** – možete upotrijebiti postojeću ploču Eko-škole ili napraviti novu na temu odgovorne prehrane. **Radionica: Kako napraviti uočljivu oglasnu ploču**, vidi u nastavku teksta.
- **Članak** – za novine, školski časopis, itd.. **Radionica: Kako napisati intrigantan članak**, vidi u nastavku teksta.
- **Internet** – pisanje članaka za internet ima vlastita pravila i zahtjeva iskustvo. Bez obzira na to, dobro je pokušati napisati takav članak i naučiti kako se oni pišu. **Radionica: Kako napisati web-članak**, vidi u nastavku teksta.
- **Prezentacija** – jedan od alata može vam pomoći predstaviti projekt javnosti. To su kratke, jednostavne, razumljive i prije svega zabavne prezentacije u kojima glavnu ulogu ima predavač vizualno popraćen slajdovima. Možete ih upotrijebiti kako bi predstavili projekt na konferenciji, školskoj skupštini ili javnom događaju. **Radionica: Kako sastaviti prezentaciju**, vidi u nastavku teksta.

Kako promovirati projekt „Mi jedemo odgovorno“

Za vrijeme trajanja projekta sve informacije koje se objavljaju moraju sadržavati logo i odgovarajuću rečenicu o EU-potpori. Logo i promidžbena rečenica mogu se naći na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno.



2015
European Year
for Development

Ova publikacija je izrađena uz finansijsku potporu Europske unije. Udruga Lijepa Naša snosi odgovornost za sadržaj ovog dokumenta i on ne mora odražavati stajališta Europske unije.

Radni listovi informativnih oblika

Nakon pilot godine radni listovi će sadržavati određeni primjer za svaki oblik informiranja. Svaki partner odabire potencijalni primjer za svoje Eko-škole.

Oglasna ploča

Kako napraviti uočljivu oglasnu ploču

Oglasna ploča mora biti smještena na visoko frekventnom mjestu tako da ju što više ljudi uoči. Na prvi pogled treba privući pozornost i treba ju redovito ažurirati, tako da informacije na njoj budu aktualne, te da ne postane samo slika na zidu.

Font – izaberite font i veličinu slova koja su čitljiva s udaljenosti od najmanje 1 metra. Upotrijebite jednostavan font – pretjerano ukrašeni fontovi teški su za čitanje.

Tekst – kako bi ploča bila uočljiva ne bi trebala sadržavati previše teksta, ali to što je napisano treba biti upečatljivo, nešto što se obraća ljudima i privlači njihovu pozornost, možda ih čak i šokira (pozitivno). Ne zaboravite uključiti informaciju o tome gdje zainteresirane osobe mogu saznati više ili pitati da se uključe.

Zaglavje – izaberite jedno zaglavje koje na prvi pogled privlači pozornost. To je prva stvar što čitatelj pročita, te ako ga ne privuče, neće nastaviti čitati.

Slike – dobra je slika vrijedna tisuću riječi, zato ih pažljivo odaberite i uključite kratak i sažet opis. Uvijek navedite autora i izvor slike i provjerite autorska prava.

Graf – podatke koje ste pronašli prikažite u obliku jednostavnog grafa lakog za čitati. Tekst napišite kratko s velikim fontom, a informacije navedite što je moguće sažetije.

Promidžba projekta “Mi jedemo odgovorno“ – tijekom trajanja projekta na ploči moraju biti navedeni logo i prikladna rečenica o EU potpori. Logo i promidžbenu rečenicu možete pronaći na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno.

Članak

Kako napisati intrigantan članak

Prije nego što započnete planirati kako ćete pisati članak odlučite **o čemu ćeete pisati**. Želite li upotrijebiti članak da informirate čitatelja ili da ga uvjerite u nešto ili da ga zabavite?

Upoznajte svoju publiku. Kome je članak namijenjen? Pisanje za tinejdžere razlikuje se u stilu od pisanja za roditelje, ili recimo, stručnjake za određenu temu. Pogledajte kako su napisani drugi članci u odabranim časopisima, te prilagodite svoj članak u skladu s time.

Predstavite **nove poglede na temu**. Osmislite nove ideje, pristupe, slabo poznate informacije. Vaš entuzijazam za temu učinit će članak još zanimljivijim.

Pronadite **pouzdane izvore**. Možete koristiti internet, knjižnicu, konzultirati se sa stručnjacima....

Odredite dužinu vašeg teksta ili saznajte koliko mjesta imate za vaš članak.

Sastavite načrt članka. Nemojte pisati iznad svojih mogućnosti. Načrt će vam pomoći da podijelite informacije i bit će vam putokaz tijekom pisanja članka. Također će vam pomoći da ne zaboravite nešto važno.

Dodajte slike, fotografije i grafove... Oni ožive tekst, a čitatelj se može malo odmoriti. Uvijek navedite autora i izvor na kojeg se pozivate. Provjerite autorsko pravo.

Ako uključujete informaciju u članak iz drugog izvora, citirajte ga.

Čitatelj mora u članku pronaći **odgovor na pitanja, tko, što, kada, gdje, kako i zašto**.

Zagлавље bi trebalo uvijek biti sažeto i intrigantno. Treba obilježavati sadržaj teksta, privući pozornost i motivirati ljude da nastave čitati.

Uvod – uvodni dio članka. Mora privući pozornost i dati čitatelju ideju o sadržaju. Često je napisan u kurzivu i odgovara na pitanje tko, što, kada i gdje.

Korpus – odnosi se na informacije. Odgovara na pitanja kako i zašto. Tekst bi trebao biti sastavljen logično, najbolje je podijeliti ga na manje paragrafe s podnaslovima. Ujedno uključite vaše planove za budućnost koji se odnose na temu.

Zaključak – ovdje možete navesti druge informacije, zanimljive činjenice, literaturu, uključiti zahvale, itd. ...

Ime autora

Promidžba projekta “Mi jedemo odgovorno” - tijekom trajanja projekta u članku se mora navesti logo i prikladna rečenica o EU potpori. Logo i promidžbenu rečenicu možete pronaći na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno.

Internet

Kako napisati web-članak

Za pisanje članaka na web-u vrijede posebna pravila.

Ključne riječi– prije početka pisanja, zapišite ključne riječi vezane za temu o kojoj želite pisati. Možete koristiti specijalni alat Google-a koji predlaže ključne riječi - Google Keyword Tool. Zatim upotrijebite te ključne riječi prilikom pisanja članka.

Pišite sažeto, naglašavajući važne dijelove – koristite kraće paragafe; ne ulazite u previše detalja

Koristite zanimljivu grafiku– u tekst dodajte slike, fotografije, grafove, dijagrame, itd.

Zagлавlje– mora privlačiti pozornost. Obratite pozornost na hijerarhijski redoslijed zaglavlja.

Linkovi– postavite link na povezану web stranicu izravno iz teksta (nemojte povezivati riječima "klikni ovdje")

Uključite naziv i opis stranice– naziv i opis su vidljivi potencijalnim posjetiteljima u rezultatima pretrage. Ako nije ispunjeno, tražilica uglavnom koristi dio teksta s početka stranice.

Promidžba projekta "Mi jedemo odgovorno" – tijekom trajanja projekta u web članku mora se navesti logo i prikladna rečenica o EU potpori. Logo i promidžbenu rečenicu možete pronaći na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno.

Prezentacija

Kako sastaviti prezentaciju

Prezentacija je jedan od alata koji vam može pomoći da svoj projekt predstavite javnosti. To je kratak, jednostavan, razumljiv i prije svega zabavan prikaz u kojem izgovorena riječ ima glavnu ulogu, a slajdovi ju vizualno prate. Možete ih upotrijebiti kako bi predstavite projekt na konferenciji, školskoj skupštini ili kada ga predstavljate javnosti.

Uvijek morate znati **koji je cilj prezentacije** (predstaviti projekt, prikupiti sredstva, ...)

Najbolje je **planirati prezentaciju** na papiru. Nakon što ste osmislili što i kako želite predstaviti, do koje mјere i u kojem obliku, koliko slajdova vam je potrebno i koje su glavne ideje, možete ih prebaciti na slajdove.

Ljepota je u jednostavnosti – načinite **vlastite predloške**.

Ponekad je manje slajdova više. Jedna ideja = jedan slajd.

Naslov prezentacije treba biti **kratak, razumljiv i sažet**.

Upotrijebite **font u boji koji je u kontrastu** s pozadinom slajda.

Previše teksta je gubitak –bolje je načeti glavnu ideju, ostatak možete objasniti usmeno. **10 riječi po slajdu** je dovoljno.

Cijeli tekst treba biti čitljiv s bilo kojeg mjesta u sobi. **Minimalna veličina slova bi trebala biti 24;** odaberite sans serif font (npr. Arial).

Nemojte koristiti puno pokretljivih efekata, najviše jedan, idealno nijedan. Oni odvraćaju pozornost publike.

Pažljivo odaberite slike; trebale bi biti u svezi s temom i imati emocionalni učinak. Uvijek navedite autora ili izvor; provjerite autorsko pravo.

Koristite **jednostavne grafove** i ne zaboravite **označiti funkcije**, tako da ljudi mogu vidjeti što je što.

Ne dajte publici izlistane prezentacije, osim ako služe kao papir za bilješke. Bolje je **pripremiti tekstualni dokument** koji ima više informacija nego slajdovi ili pripremiti dokumente na predstavljenu temu.

Radite s više osjetila: oni vide nešto na slajdu, čuju nešto od vas i onda je dobro da dobiju nešto u ruke, tako će to lakše zapamtiti (npr. ako predstavljate školski vrt, donesite im voće ili biljke da ih pomirišu).

Unaprijed **pripremite i vježbajte prezentaciju.**

Gоворите jasno, **poradite na glasu** i zapamtite da su **gestikulacija i ekspresija lica** važni.

Zahvalite publici na njihovoј pozornosti.

Promidžba projekta “Mi jedemo odgovorno” - tijekom trajanja projekta u prezentaciji mora biti naveden logo i prikladna rečenica o EU potpori. Logo i promidžbenu rečenicu možete pronaći na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno.

Javni događaj

Prije nego što ste mogli odabrati opciju kako informirati vašu školu o temi odgovorne prehrane, svaka škola koja je uključena u projekt Mi jedemo odgovorno morala je isplanirati javni događaj. Cijeli odbor Eko-škole trebao bi biti uključen u planiranje događaja. Ovaj događaj zahtijeva odvojeno planiranje i morate osigurati da imate dovoljno vremena za pripremu i realizaciju. Planirajte događaj na početku projekta, odmah nakon postavljanja ciljeva i zadataka i uključite ga u Akcijski plan.

Kako planirati Javni događaj

U prethodnim koracima odabrali ste što biste htjeli poboljšati na području odgovorne prehrane i počeli ste na tome raditi. Javni događaj će vam pomoći u vašim naporima da postane uočljiviji i promovirate vaš projekt; možda će vam pomoći i da pronađete nove članove, pomoćnike i povećati javnu svijest o određenom problemu.

Prvo trebate odlučiti kakav događaj želite organizirati. Događaj bi trebao biti kulminacija vašeg cjelogodišnjeg truda na projektu, temeljiti se na Akcijskom planu i odnosi se na problem koji rješavate.

O čemu razmišljati tijekom planiranja

Preporuka: Prije nego što započnete planirati događaj za javnost, zapišite ciljeve iz Akcijskog plana (npr. na školsku ploču) tako da ih imate pred sobom.

Učenicima postavite pitanja: **Kakvu vrstu događaja bi željeli organizirati?** Raspravite ideje, te ih sve zapišite. Raspravite s učenicima koji je od predloženih događaja najviše u vezi s ciljem koji je postavljen u Akcijskom planu. Dodjeljivanjem bodova, odaberite događaj koji ćete planirati.

Što sve želimo raditi na događaju? – Možemo koristiti iznošenje ideja i dodatnu diskusiju kako bi odlučili što ćemo raditi.

Podijelite učenike u grupe. Grupe će osmisliti ono što žele podijeliti i prikladne aktivnosti.

Na primjer:

- Žele da ljudi saznaju kada hrana dozrijeva– jedna ideja je podijeliti letke s kalendarom sezonskog voća i povrća i recept sastavljen od tih sastojaka. Učenici mogu raditi u stanicama gdje će posjetitelji imati zadatak dodijeliti voće i povrće mjesecu u kojem ono dozrijeva.
- Žele pokazati da vole hranu pripremljenu od tih sastojaka– pripremaju jela od sezonskih sastojaka.
- Žele pokazati da u okolini postoje farme koje prodaju kvalitetno sezonsko povrće– pozivaju poljoprivrednike iz okolice i organiziraju tržnicu, nacrtajte mapu farmi u blizini i info što se tamo može pronaći ...

Grupe bi jedna drugoj trebale predstaviti svoje aktivnosti, te ih sve zapisati na komad papira. Zatim bi trebale sastaviti program za događaj koristeći predložene aktivnosti, po mogućnosti odlučiti koje aktivnosti neće biti moguće uključiti.

Koga bismo trebali pozvati?– Razmislite koga biste htjeli pozvati, što želite pokazati što ste postigli, te koga želite nadahnuti. Razmotrite činjenicu da ljudi treba unaprijed pozvati kako njihovi kalendari ne bi bili popunjeni drugim terminima.

Kada i gdje će se događaj održati? Isplanirajte prikladan datum i vrijeme za održavanje događaja. Iskoristite važan dan za okoliš (Dan zemlje, Svjetski dan okoliša) ili hranu ili iskoristite dan važan za vašu školu ili općinu. Također trebate izabrati datum i vrijeme uzimajući u obzir dostupnost onih koje želite pozvati.

Koliko treba vremena za događaj i pripremu događaja?

Zapišite vremenski okvir za cijeli događaj uključujući pripreme:

- Koliko će trajati sam događaj za javnost
- Koliko će vremena oduzeti svaka planirana aktivnost
- Koliko vremena će oduzeti priprema pojedinih aktivnosti, te kako ih spojiti

Što ćemo trebati? – zapišite što vam je potrebno pribaviti (npr. čizme, mjesto ispred škole, papir za letke, printanje, ...).

Koliko će događaj koštati? Pokušajte procijeniti koliko novaca će vam biti potrebno, te utvrdite da li ćete moći podmiriti troškove iz vlastitih izvora ili trebate naći sponzore.

Tko će za što biti odgovoran? Podijelite uloge i odgovornosti za pripremu i provedbu događaja. Razmislite o tome tko će biti odgovoran za obavljanje pojedinačne aktivnosti i tko će još biti uključen?

Kako utvrditi jesmo li sve pripremili kako treba? Planirajte zajedno buduće sastanke na kojima ćete jedni druge informirati o tijeku rada. Postavite rokove do kada treba dovršiti stvari i nadzirite pripreme tako da na vrijeme uočite ako nešto ne teče po planu i da to možete na vrijeme popraviti.

Dodajte u tablicu ili sastavite poseban Plan javnog događaja

Promidžba projekta “Mi jedemo odgovorno” - tijekom trajanja projekta na svim materijalima i oglašnim pločama mora biti naveden logo i prikladna rečenica o EU potpori. Logo i promidžbenu rečenicu možete pronaći na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno.

Lista ideja za mali javni događaj

Regionalni kafić – na jedan dan pretvorite vašu školu u udoban kafić otvorenog za sve, možda čak i na otvorenom, koji poslužuje ukusno jelo i piće od lokalnih, regionalnih sastojaka. Ne samo da će gosti kafića dobiti ukusnu hranu, već će dobiti mnogo zanimljivih informacija od iskusnog osoblja – učenika.

Tržnica poljoprivrednika – Pozovite u vašu školu lokalne poljoprivrednike i proizvođače hrane i organizirajte tržnicu poljoprivrednika s kioscima gdje ljudi mogu saznati sve što je im treba o lokalnim proizvodima i zašto ima smisla kupovati od lokalnih poljoprivrednika. Bilo bi korisno uključiti mapu gdje posjetitelji mogu pronaći popis farma i proizvodača lokalne hrane.

Edukativni put – Napravite zanimljiv edukativni put do “Hrane”. Možete ga napraviti na različite načine, npr. kao put od sjemena do konačne hrane ili kao put do odgovorne hrane ... Javni događaj bi mogao biti povezan s otvorenjem edukativnog puta.

Kazalište – organizirajte kazališnu predstavu na temu odgovorne prehrane.

Vrtna zabava – Organizirajte javno kušanje voća iz vašeg školskog vrta, predstavite svoj rad na projektu i ljepotu vrtlarstva. Informirajte javnost o lokalnim nasadima i pripremite nekoliko recepata za jela koja se mogu od pripremiti od namirnica s tih nasada.

Tečaj kuhanja – Organizirajte tečaj kuhanja za javnost u vašoj školi. Možete ga kombinirati s kušanjem i prezentacijom projekta na temu odgovorne prehrane.

Primjeri dobre prakse

Primjeri javnih događaja pilot škola biti će dodani tijekom pilot godine



Uključivanje javnosti

Zašto je toliko važno uključiti ljudi? Npr. zato što nam to može pomoći da postignemo ono što ne bismo mogli sami postići ili bi to zahtijevalo znatno veći napor. Možete uputiti otvoreni poziv kako bi u vaše aktivnosti uključili svakoga ili možete izabratи određene ljudе (predstavnike općine, stručnjake, sponzore, itd.) kojima ćete izravno pristupiti. Bez obzira koga pokušavate uključiti, uvijek je dobro unaprijed imati konkretnu ideju o tome za što vam pomoći treba. Kada ljudi znaju što od njih želite, lakše im je donijeti odluku i uključiti se.

Jedan oblik uključivanja je da vaši školski kolege ispune upitnik ili predlože moguća poboljšanja. Ako radite tako nešto u vašoj školi, ne zaboravite im zahvaliti, te im reći što ste učinili s njihovim mišljenjima. Možete koristiti sljedeću tablicu:

Vaše mišljenje	Mi smo učinili
(U ovom stupcu učenici mogu zapisati svoje ideje o tome što treba promijeniti ili učiniti kao dio projekta.) Npr.: <i>Nema drveća u vrtu i nigdje se ne možemo skloniti od sunca.</i>	(U ovom stupcu odbor Eko-škola zapisuje što je u vezi s time učinio.) <i>Npr.: Sadnja drveća je planirana za proljeće! Označite to u vašim kalendarima!</i>

Predložak preuzet sa web-stranice Vijeća pametne škole <http://www.smartschoolcouncils.org.uk/>

Suradnja između škola

Želite li podijeliti vaša iskustva s nekim tko radi na sličnoj temi? Razbijate li glavu pokušavajući riješiti problem s projektom? Ili želite uključiti više ljudi u pripremanje Javnog događaja? Onda bi vam možda pomoglo da radite zajedno s drugom školom u vašem okruženju gdje se suočavaju sa sličnim problemima. To može biti neka druga Eko-škola uključena u projekt Mi jedemo odgovorno (popis se nalazi na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno) ili čak jedna “ne-eko škola” u kojoj se također bave temom o odgovornoj prehrani.

Mi se hranimo odgovorno je međunarodni projekt u kojem sudjeluje 8 drugih zemalja EU. Jedan od ciljeva projekta je uspostaviti suradnju između hrvatskih škola i škola u inozemstvu. Iskoristite ovu prednost i kontaktirajte jednu od stranih škola (popis zemalja i Eko-škola možete pronaći na na službenim stranicama projekta Mi jedemo odgovorno).

EKO-KODEKS – KODEKS ODGOVORNE PREHRANE



Kodeks odgovorne prehrane je skup pravila koja su učenici osmislili i koja će pokušati slijediti, a koji služi kao primjer i inspiracija drugima. U idealnoj situaciji kodeks bi osim učenika iz Odbora Eko-škole trebali sastavljati i ostali učenici iz škole. To znači da će se više ljudi upoznati s pravilima. Pravila bi trebala biti postavljena na vidljivom mjestu u školi tako budu izložena učenicima. Prikladno mjesto bi bila ploča Eko-škole ili ploča pokraj školske kuhinje ili kantine.

Kako osmisliti kodeks odgovorne prehrane

Aktivnost “Odgovorna prehrana u našoj školi”

Cilj: prikupiti prijedloge za pravila, odabratи najbolje i osmisliti Kodeks odgovorne prehrane.

Vrijeme: 30 minuta

Što je potrebno: veliki komad papira za svaku grupu (razred), olovke u boji

Postupak: Ovisno o broju ljudi cijeli odbor Eko-škole će raditi zajedno ili će biti podijeljen u manje grupe. Svaka grupa će dobiti komad papira i nekoliko olovaka u boji.

Zadatak: Nacrtati na papiru ono za što mislite da će se svidjeti osobi koja se odgovorno hrani u našoj školi. Uokolo zapišite sve što vam padne na pamet na temu što takva osoba čini, na što obraća pozornost, što jede, kako se ponaša ...

Podsjetite učenike ili zapišite negdje na vidljivom mjestu na koja se područja primjenjuje odgovorna prehrana. Zdravlje i stil života, Otpaci hrane, Transport (lokalna hrana), utjecaj na resurse – tlo, vodu, Utjecaj na ljude u tuzemstvu i u inozemstvu, Utjecaj na prirodu i okoliš. Učenici bi trebali predložiti pravila za svako od tih područja. Konačni Eko-kodeks mora imati najmanje jedno pravilo za svako područje.

Ako radite u grupama, poslije prođite zajedno kroz sve prijedloge. Nacrtajte jednu osobu koja se odgovorno hrani za cijeli odbor, te odaberite one prijedloge koji se čine najvažnijima u smislu odgovorne prehrane. Zatim ih preoblikujte i osmislite Kodeks odgovorne prehrane tako da bude određen, jasan i realan. Formulacije bi trebale biti pozitivne, maštovite i privlačiti pozornost.

Preporuka! Kako bi što je više moguće ljudi sudjelovalo u oblikovanju pravila, bilo bi dobro ponoviti aktivnost u pojedinačnim razredima. Za to bi se mogli pobrinuti predstavnici razreda u odboru. Svaki razred imao bi zadatak osmisliti jedan zajednički prijedlog osobe koja se odgovorno hrani. Predstavnici u odboru iznijeli bi prijedloge na sastanku Eko-škola, te bi zajedno odabrali najčešće prijedloge. Također bi uključili svoje prijedloge u odabir, zatim ih formulirali i osmislili Kodeks odgovorne prehrane.

Ovu ideju možete ujedno koristiti i za Javni događaj gdje bi posjetitelji mogli upisati svoje prijedloge za odgovornu prehranu u prethodno nacrtani lik.

Primjeri dobre prakse

Primjeri pravila pilot Eko-škola bit će dodani tijekom pilot godine.

DODACI I PRILOZI

Prilog 1 – Plakat „7 koraka prema pravoj hrani“



Prilog 2 – Radni listovi – Analiza hrane 1

Upitnik Odbora Eko-škola za jelovnik kojeg treba promijeniti

Dragi učenici i roditelji,

u ime svih članova Odbora Eko-škole za projekt "Mi jedemo odgovorno", zamolili bismo vas za pomoć u analizi konzumiranja hrane u kućanstvima.

Upitnik koji držite u rukama je veoma važan za naš rad. Osim činjenice da će svatko iz našeg tima popuniti upitnik uz pomoć svojih roditelja, isto tražimo i od naših školskih kolega i njihovih roditelja. Na taj način se nadamo dobiti dojam što je za nas uobičajeno kod kuće. Ta informacija će nam pomoći u odluci kako bi naš Akcijski plan trebao izgledati.

Bili bismo vam zahvalni kada biste nam mogli pomoći u toj odluci tako da popunite ovaj upitnik. Obećajemo da ćemo vaše odgovore ocijeniti anonimno, te ih upotrijebiti samo u svrhu planiranja naših aktivnosti.

Unaprijed se zahvaljujemo.

Ukoliko imate neka pitanja u vezi obliku, molimo pitajte. Rado ćemo vam odgovoriti. Ispod svakog pitanja nalaze se upute kako na njih odgovoriti. Na početku obrasca nalaze se osnovne upute o tome tko bi u idealnom slučaju trebao popuniti obrazac.

Vaš Odbor Eko-škole

Pitanja označena ljubičastom bojom upućena su izravno učenicima koji bi na njih trebali odgovoriti. Ako se pitanja odnose na cijelu obitelj (kupovina, kuhanje i obrada hrane), najbolje je da se učenici prilikom ispunjavanja savjetuju sa roditeljima.

1. Htjeli bismo znati gdje kupujete vašu hranu. Za svaku izjavu, molimo vas da zapišete gdje uobičajeno nabavljate hranu.

Za svaki izvor, naznačite koliko ga koristite.

	nikada	rijetko	ponekad	često	većinom	uvijek
a) Kupujemo hranu u trgovini.						
b) Kupujemo hranu na tržnicama od poljoprivrednika.						
c) Izravno kupujemo hranu od proizvođača/poljoprivrednika.						
d) Uzgajamo našu vlastitu hranu.						

2. Ako ste napisali da uzgajate vlastitu hranu, molimo napišite koju točno hranu.

3. Kako odlučujete koju hranu kupiti?

Pročitajte oprezno svaku tvrdnju te na ljestvici od 1 do 6 odaberite odgovor koji odgovara načinu na koji odlučujete što ćete kupiti prilikom kupovine. 1 znači "Uopće ne opisuje način na koji kupujem.", a 6 znači "Potpuno predstavlja način na koji kupujem"

Označite odabrani odgovor za svaku tvrdnju

	1	2	3	4	5	6
Kupujem hranu temeljem zemlje porijekla tako da je što je moguće više lokalna (uzgojena što je moguće bliže mjestu prodaje).						
Kupujem hranu označenu kao poštена trgovina ili organsko.						
Kupujem hranu bez obzira na vizualni izgled (npr. Izgužvano pakiranje, grbave mrkve ili krastavci, itd.)						
Kupujem hranu koja ne sadržava palmino ulje ako je dostupna.						
Kada kupujem voće i povrće preferiram ono sezonsko (ono koje sada ovdje raste i dozrijeva).						
Obraćamo pažnju na cijene tako da platimo što je manje moguće.						
Kupujemo hranu ovisno o tome što nam se u tom trenutku jede.						

4. Koliko često pripremate hranu kod kuće?

Označite prikladan odgovor.

Svaki dan	
Svaki drugi dan	
Dva puta tjedno	
Jednom na tjedan	
Rjeđe	

5. Koliko često jedete kod kuće sljedeće namirnice

Označite prikladan odgovor.

	Svaki dan	Svaki drugi dan	Približno dva puta na tjedan	Jednom na tjedan	Rjeđe
a) meso ili mesne prerađevine (uklj. šunku, slaninu, hrenovke, mast, itd.)					
b) povrće					
c) voće					

6. Djeco, upišite koliko često na tjedan doručkujete...:

	Svaki dan	Svaki drugi dan	2 – 3 puta na tjedan	Rjeđe
...kod kuće.				
...na putu do škole u trgovini.				
...na putu do škole u restoranu brze prehrane				
...kupljeno u školskoj kantini.				
...pripremljeno u školskoj kuhinji.				

7. Koliko često odlazite u restorane brze prehrane:

	Svaki dan	Svaki drugi dan	Približno dva puta na tjedan	Jednom na tjedan	Rjeđe
a) sami?					
b) s prijateljima?					
c) s roditeljima?					

8. Birate li hranu ovisno o tome što je sezonsko u Hrvatskoj? Primjerice u proljeće jedete trešnje, a na jesen kuhate s kupusom, itd.?*Označite prikladan odgovor.*

Definitivno ne	
Radije ne	
Radije da	
Definitivno da	

9. Koliko često kod kuće koristite gotovu hranu (smrznutu pizzu, instant zobenu kašu, instant zapršku, kocke za juhu, gotove obroke, itd.)?*Označite prikladan odgovor.*

Nikada	
Rijetko	
Često	
Uvjek	

10. Djeco, znate li nešto skuhati?

Odaberite prikladan odgovor.

Da	<input type="checkbox"/>	Ako da, što? _____
Ne	<input type="checkbox"/>	_____

11. Gdje je pripremljena hrana koju jedete ili koristite za kuhanje kod kuće?

Tijekom vikenda zapišite hranu koju ste jeli kod kuće i njezino porijeklo. Za inspiraciju koristite siva polja dolje.

Vrsta hrane	Kontinent porijekla	Zemlja porijekla	Ako je hrana iz Hrvatske upišite DA ako dolazi izravno od poljoprivrednika, lokalnog proizvođača ili iz vašeg vlastitog vrta
grožđe	Afrika	Južna Afrika	
češnjak	Europa	Hrvatska	DA
sir	Europa	Hrvatska	

12. Koliko često bacate neiskorištenu hranu kod kuće?

Označite odgovor koji najbolje odgovara stvarnosti.

Svakodnevno ili skoro svakodnevno	<input type="checkbox"/>
Dva ili tri puta na tjedan	<input type="checkbox"/>
Jednom na tjedan	<input type="checkbox"/>
Rjeđe	<input type="checkbox"/>

13. Što radite s hranom kojoj je istekao rok trajanja?

Označite odgovor koji najbolje odgovara stvarnosti.

Mi je automatski bacamo.	<input type="checkbox"/>
Dio bacamo, s ostatak dajemo životinjama.	<input type="checkbox"/>
Dio bacamo, a ono za što smatramo da je još dobro pojedemo.	<input type="checkbox"/>
Sve konzumiramo, ne obraćamo pozornost na rokove trajanja.	<input type="checkbox"/>
Postupamo na drugi način	<input type="checkbox"/>

Molimo definirajte: _____

14. Koji su najčešći razlozi zbog kojih kod kuće bacate neiskorištenu hranu?

Označite najčešći i drugi po redu najčešći odgovor.

	1. razlog	2. razlog
Pokvari se		
Prođe joj rok trajanja		
Kuhamo previše i ima ostataka		
Nitko ju više ne želi jesti		
Desi se nezgoda (padne na pod, izgori)		

15. Koliko članova ima vaša obitelj? _____

Prilog 3 – Radni listovi - Analiza hrane 2

Analiza hrane – školska kuhinja (radni listovi)

Pitanja označena žutom bojom su dobrovoljna

Učinak na resurse i klimu, lokalnu hranu			
Pitanje	Odgovor		
	Hrvatska		Uvozno
1. Dobivaju li učenici svježe/sirovo voće i povrće koje je sazrelo u Hrvatskoj? Koliko puta na tjedan?	Lokalno (iz regije)	Izvan regije	
<p>Uvozno voće i povrće ubrano je njihovo porijeklo.</p> <p>ranije prije nego što sazrije kako bi preživjelo prijevoz i zato sadrži manje vitamina i minerala od onoga koje je ubrano kada je zrelo.</p> <p>Označite vrstu voća i povrća, te</p>	Ponedjeljak		
	Utorak		
	Srijeda		
	Četvrtak		
	Petak		
	Ukupno		
2. Gdje školska kuhinja kupuje sastojke za pripremu školskih obroka? Koliko kilometara su prešli prije nego što su stigli do škole?	Porijeklo	Broj km	Jesu li dostupni negdje bliže?
	Povrće		
	Voće		
	Meso		
	Mliječni proizvodi		
	Brašno		
	Jaja		

3. Prilagođava li se jelovnik školske kuhinje sezonskoj hrani? Poslužuje li drugačiju hranu u jesen i proljeće ovisno o tome koja hrane se uzgaja i dozrijeva u Hrvatskoj?	
4. Je li neki od sastojaka u školskoj kuhinji organski? Koji su to sastojci? Koliko često se pojavljuju na jelovniku?	
5. Jesu li neke od namirnica u školskoj kuhinji kupljene poštenom trgovinom (Fair Trade)? Koje su to namirnice? Koliko često se pojavljuju na jelovniku?	
6. Nudi li škola vegetarijanske (bez šećera) obroke najmanje jednom na tjedan? <i>Rast intenzivne mesne proizvodnje utječe na klimatske promjene. Intenzivan uzgoj stoke otpušta u atmosferu veliku količinu metana, jedan od najsnažnijih stakleničkih plinova. Za proizvodnju jednog kilograma govedine na hrvatskom tržištu potrebno je 5 000 – 15 000 litara vode, kao i veliki komad zemlje. Slavni Beatle Sir Paul McCartney ljubitelj je mesa, ali u svrhu smanjenja utjecaja mesne proizvodnje na naš planet uveo je "Ponedjeljak bez mesa" ☺</i>	
7. Kako se nabavlja voće kao dio školske sheme voća? Odakle dolazi voće?	
Ostala pitanja (Imate li nekih drugih problema u školi koji nisu obuhvaćeni predloženim pitanjima? Dodajte svoja).	

Ostaci hrane

Pitanje	Odgovor			
	Količina u kg ili litrama	Po osobi	Po osobi godišnje	
1. Koliko se hrane baca u školskoj kuhinji? Gdje završavaju ostaci hrane iz školske kuhinje?	Ponedjeljak			
Prosječni Euroljanin baci otprilike 100 kg hrane godišnje, te prema procjenama, oko trećina hrane nepotrebno završava na odlagalištima otpada.	Utorak			
Razgovarajte s predstavnikom vaše školske kuhinje biste li mogli izvagati ili izmjeriti količinu ostataka (vraćeno iz blagovaonice i ostaci u kuhinji, te što je bačeno). Saznajte koliko hrane je bačeno tjedno. Koliko je to hrane po osobi u školi? Koliko je to približno tijekom cijele godine? Ako odlučite smanjiti količinu otpada, ponovno provedite mjerjenja nakon što ste završili odabrane zadatke.	Srijeda			
	Četvrtak			
	Petak			
	Ukupno			
2. Mogu li učenicima sebi sami poslužiti dio obroka ili cijeli ručak?	Otpaci iz školske kuhinje završavaju:			
3. Je li moguće tražiti manje porcije?	Juha: Glavno jelo:			
4. Je li moguće tražiti repe?				
5. Je li moguće izabrati vrstu priloga ili ukloniti dio obroka?				

6. Je li moguće zamijeniti dio obroka nečim drugim? Primjerice zamijeniti meso s povrćem.																					
7. Koja hrana i piće su najviše i najmanje popularni među učenicima?	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>Najpopularniji</th><th>Najnepopularniji</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Užina</td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Juha</td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Glavno jelo</td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Desert/voće</td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Piće</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>				Najpopularniji	Najnepopularniji	Užina			Juha			Glavno jelo			Desert/voće			Piće		
	Najpopularniji	Najnepopularniji																			
Užina																					
Juha																					
Glavno jelo																					
Desert/voće																					
Piće																					
8. Je li školska kuhinja istražila što učenici vole, a što ne?																					
9. Koju hranu bi učenici htjeli imati u školskoj kuhinji?																					

Zdravlje i stil života

Pitanje	Odgovor																																																																		
<p>1. Brine li škola o temi zdrave prehrane? Kako? Educira li voditelje i kuhaře školské kuchyně; bavi li se světou učenáky i učiteli?</p> <p><i>Hrvatsko društvo trebalo bi naučiti jesti zdravije.</i></p>																																																																			
<p>2. Průručuje li školská kuchyně informace o sastavu a nutritivních hodnotách potraviny, které se konzumují? Kde se nachází uvedená informace? Je ona snadno dostupná? Je ona určena žákům, rodičům, nebo učitelským?</p>																																																																			
<p>3. Koja hrana je pripremljena od svježih sastojaka? U kojem postotku? Saznajte od kojih je sastojaka pripremljena hrana iz tjednog jelovnika.</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Sastojak</th> <th>svježe</th> <th>smrznuto</th> <th>osušeno/inst ant</th> <th>konzervirano</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Povrće</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Jaja</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Meso</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Mlijeko</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Prilozi (krumpir, riža, itd.)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Sastojak	svježe	smrznuto	osušeno/inst ant	konzervirano		Povrće						Jaja						Meso						Mlijeko						Prilozi (krumpir, riža, itd.)																																			
Sastojak	svježe	smrznuto	osušeno/inst ant	konzervirano																																																															
Povrće																																																																			
Jaja																																																																			
Meso																																																																			
Mlijeko																																																																			
Prilozi (krumpir, riža, itd.)																																																																			

4. Koji je dominantan način kuhanja? Kuhanje na pari, pečenje, prženje, ...? Provjerite tjedni jelovnik. Imate li kombi pećnice na paru u školi?

Kombi pećnica na paru je profesionalni kuhinjski aparat koji spaja karakteristike uobičajene pećnice i kuhala na paru. Prikladno je za razne načine kuhanja, uključujući pečenje, prženje, grilanje, kuhanje na paru i blanširanje. Prednosti takve tehnologije uključuju kraće vrijeme kuhanja i nježnije kuhanje tako da hrana zadržava više svojih vitamina u usporedbi s običnim načinima kuhanja.

5. Kakva je ponuda pića? Je li ponuđena voda ili nezasladeno piće?

Kultura konzumacije hrane i otvorenost prema različitim prehrambenim navikama i potrebama

Pitanje	Odgovor
1. Mogu li učenici ili roditelji utjecati na školski jelovnik?	
2. Je li moguće birati između dva ili više jela?	
3. Mogu li učenici koji donose hranu od kuće istu podgrijati u školskoj kuhinji i jesti ručak sa svojim školskim kolegama?	
4. Kuha li školska kuhinja posebno za djecu s posebnom prehranom? O kakvoj se posebnoj prehrani radi?	
5. Je li okruženje u školskoj kuhinji za vas privlačno? Sviđa li vam se raspored stolova, dekor, čistoća, stolnjaci? Jesu li kuhari ljubazni? Saznajte putem ankete u školi ili na školi ili na web stranici škole.	
6. Koliko ima vegetarijanaca u školi te kako se hrane u školskoj kuhinji?	

Prilog 4 – Radni listovi - Analiza hrane 3

Analiza hrane – školska kantina/samoposlužni aparat (radni listovi)

pitanja označena žutim su fakultativna

Asortiman <i>(U prazne redove upišite koje vrste su dostupne, npr. pod "Orašasti plodovi" možete napisati lješnjaci, bademi, itd.)</i>	Stopa prodaje <i>(broj artikala u odabranom razdoblju; možete provjeriti sa centralom)</i>	Odakle dolazi? <i>(Koliko je kilometara proputovalo)</i>		Prisutnost palminog ulja <i>uvezeno</i>	Energetska vrijednost-postotak dnevnog unosa		
		Hrvatska			% dnevnog unosa	Energetska vrijednost KJ (1 kalorija = 4.187 džula)	
		lokalno	iz druge regije				
Orašasti plodovi							
Voće							
Slatkiši							

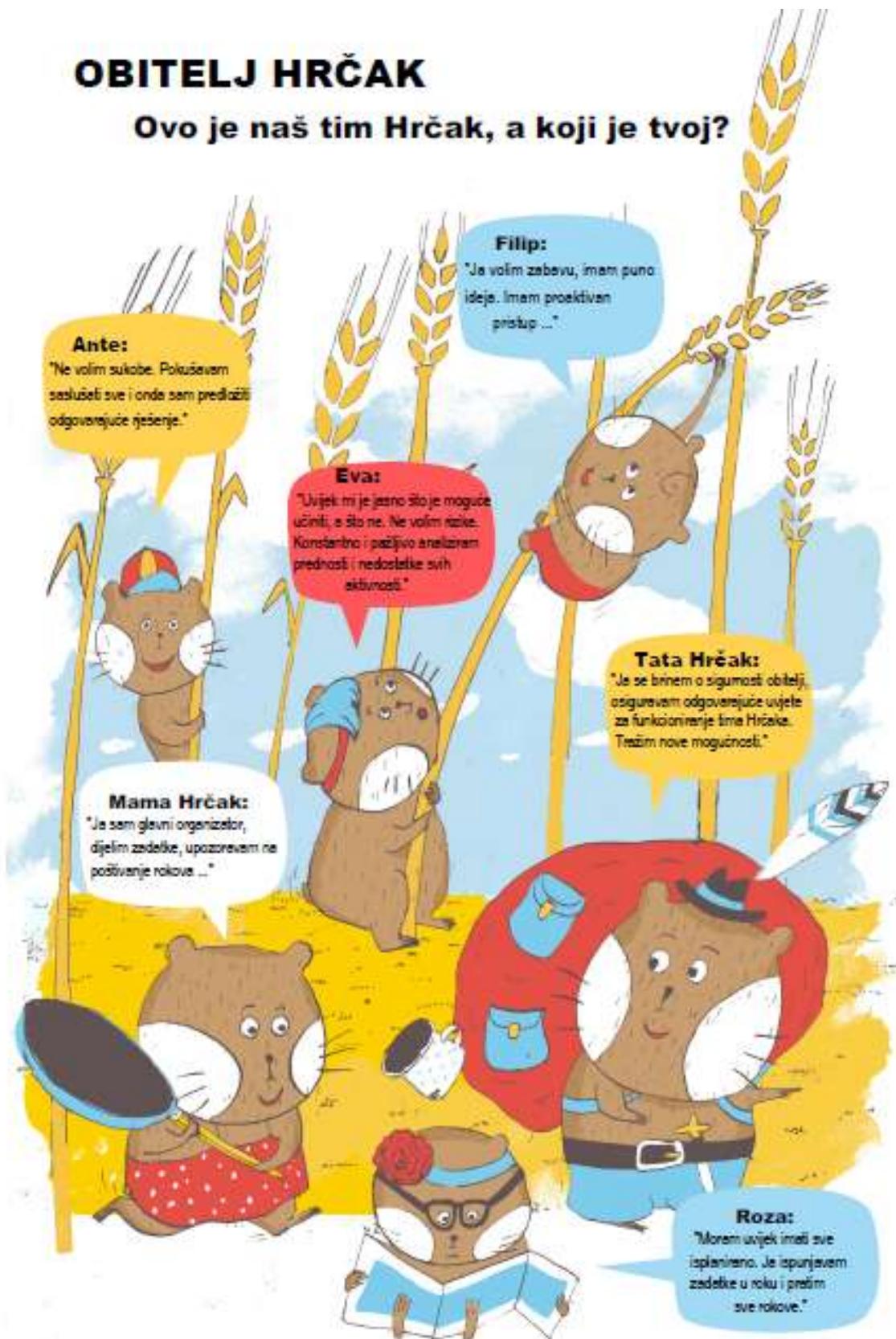
Krekeri							
Topla užina (brza hrana – pizza, hot dog, i sl.)							
Hladna užina (pekarski proizvodi, sendviči, i sl.)							
Pića							
Mliječni proizvodi							

Ostalo							
Ocjena	Najviše prodano: 1. 2. 3. . . .	Od najviše prodanog:% iz lokalnih izvora% iz druge hrvatske regije% uvezeno% proizvoda sadrži palmino ulje				

1. Mogu li učenici/učitelji/roditelji utjecati na asortiman kantine/samoposlužnog aparata? Ako mogu, navedite tko!	
2. Nudi li kantina/samoposlužni aparat hranu za djecu s posebnom prehranom? Koju hranu?	
3. Koliko je hrane bačeno iz kantine tjedno? Navedite broj u kg i ukupnu vrijednost.	

Prilozi za aktivnosti dječjeg vrtića

Prilog 5 – Slika „Obitelj Hrčak“



Prilog 5 A – Prva poruka Tate Hrčka

Poruka 1

Pozdrav djeco!

Jesam li na pravom mjestu? Je li to vrtić odgojitelja/odgojiteljice(dodati ime odgojitelja-ice)? Ja sam Tata Hrčak i jedan prijatelj mi je rekao da vaš vrtić ima pametnu djecu koja bi mi možda mogla pomoći. Vidite ja imam težak zadatak. Moja supruga, Mama Hrčak poslala me da pronađem novo dobro mjesto gdje bi naša velika obitelj živjela. Mama Hrčak je jako oprezna i brižna, te kao svaka majka želi samo najbolje za svoju djecu. A to se odnosi i na hranu. Poslala me da pronađem novo mjesto gdje bismo mogli dobro živjeti i gdje ima dobre i zdrave hrane. Mislite li da bi vaš vrtić mogao biti takvo mjesto? Mama Hrčak mi je dala puno stvari koje moram saznati o ovom mjestu, možete li mi pomoći?

Ali prije nego što započnemo, želio bih vam predstaviti našu cijelu obitelji, naš tim Hrčak!

I to je to, naš tim Hrčak. A vaš tim? Koja je vaša uloga u timu? U čemu ste dobri?

Prilog 6 – Druga poruka Tate Hrčka**Poruka 2**

Pozdrav djeco!

Kao što sam rekao, Mama Hrčak me zadužila da provjerim kako je ovdje i da saznam kako se hranite, te da li bi našoj maloj obitelji Hrčak ovdje bilo dobro. S obzirom da Mama Hrčak ništa ne prepušta slučaju, dala mi je listu pitanja o hrani. Trebao bih saznati odgovore, ali to ne mogu učiniti sam jer ne znam koga pitati i ne snalazim se ovdje. Možete li mi pomoći? Možemo li to učiniti zajedno? Moramo otici pogledati vrtićku kuhinju, a provjerit ćemo i situaciju u vašim domovima. Ovo su pitanja!

Prilog 7 – Treća poruka Tate Hrčka

Poruka 3:

Pozdrav djeco!

Moram vam reći što me muči. Mnogo sam razmišljao jučer na putu kući. Mnogo smo toga zajedno postigli i saznali smo mnoge stvari. Gledamo našu hranu pokušavajući saznati što je dobro za nas i za svijet oko nas, te pokušavamo promijeniti barem nešto. Ali kako bismo to trebali reći drugima? Ne bi li bilo dobro kada bi što više ljudi znalo za to? Osim toga, svi mi trebamo jesti i trebali bi misliti o tome što jedemo. Moj rođak Luka, npr., ne mari što jede te odakle hrana dolazi, je li zdrava ili ne, njega samo zanima kakvog je okusa. Kladim se da nije jedini.

Možda bismo mogli pomoći takvim ljudima. Kako? Govoreći im što smo saznali tijekom trajanja projekta, te kako pokušavamo učiniti male promjene ovdje u našem vrtiću i kod kuće. Možemo pokušati organizirati događaj za ljude na kojem ćemo s njima razgovarati o hrani i njezinom utjecaju. Možda će ih onda početi zanimati odakle dolazi hrana i kako utječe na naša tijela i naš okoliš, te ćemo možda tada početi pomagati jedni drugima.

Hoćemo li onda pokušati doći do toga kako možemo reći ljudima i Mami Hrčak za naš projekt o hrani?

Prilog 8 - Set malih lica (nasmiješena, namrgođena)



Prilozi za aktivnosti osnovne škole

Prilog 9 – Strip „Stranci u ogledalu“



Prilog 9 A - Pismo “Stranci u ogledalu”

Strancima u ogledalu,

Pišem vam ovo pismo jer moram saznati što se dogodilo. Otišao sam predaleko i više nema povratka. Moja znatiželja neda mi spavati. Što se dogodilo s mojom farmom i svime uokolo? Odakle nabavljate hranu? I što ljudi tamo jedu? Što se dogodilo?

Trebao bih se predstaviti. Zovem se(učitelj popunjava ime) i ja sam poljoprivrednik na obiteljskoj farmi koju sam naslijedio od oca, koji ju je on naslijedio od svog oca i tako nekoliko generacija unazad. Vodim brigu o životinjama na farmi, poljima, voćnjaku... Živimo od onoga što ovdje uzgojimo, a višak prodajemo ili razmjenjujemo s ljudima oko nas.

Ali koga i što ja to vidim u ovom čudnovatom ogledalu koje vidi budućnost? To nije moja farma! A tko ste vi? Što radite? O čemu vodite brigu? Molim vas napišite mi odgovor na šarenu ploču koju sam video u ogledalu.

Prilog 10 - Strip "Mnogo pitanja"

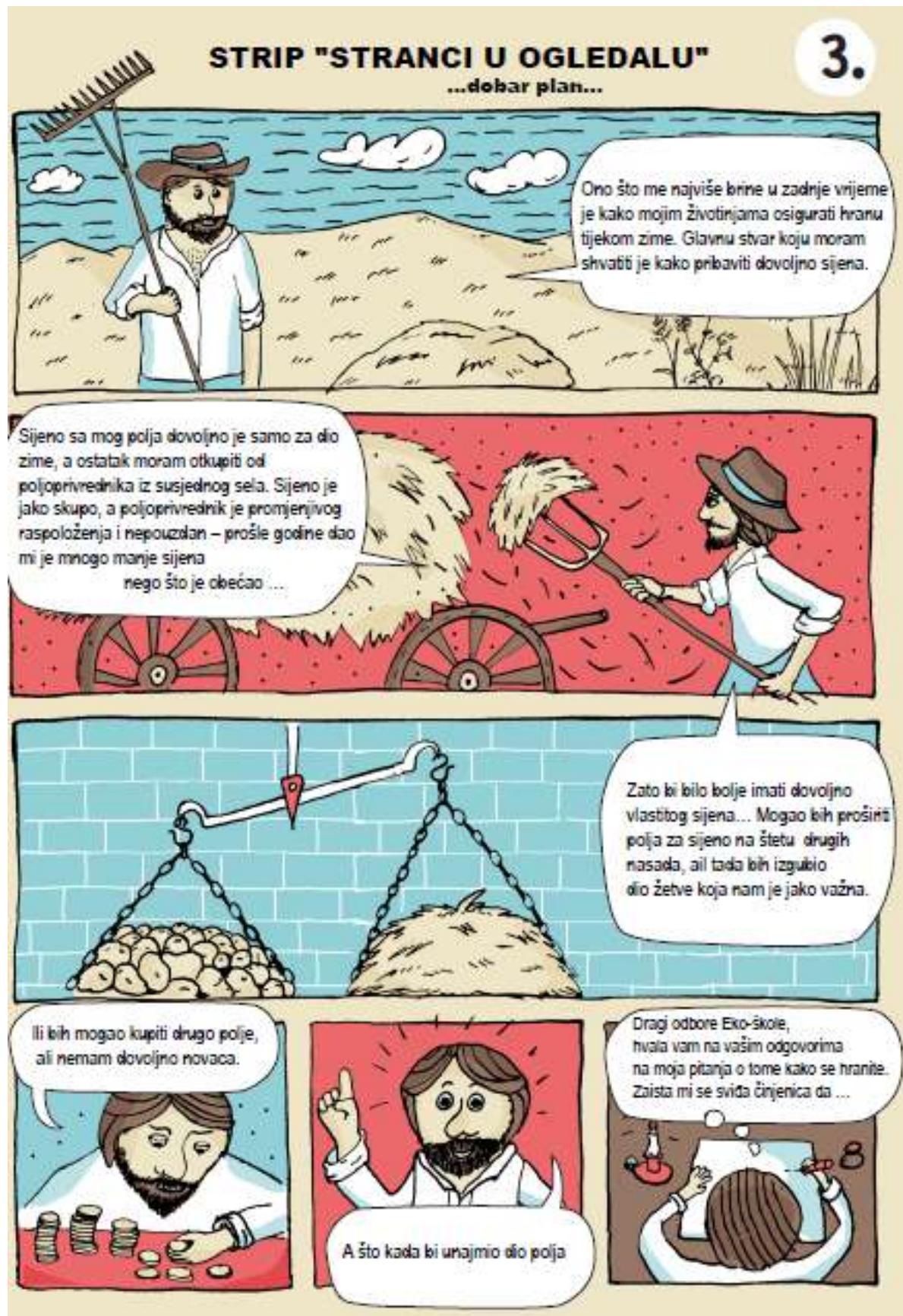


Prilog 10 A - Pismo "Mnogo pitanja"

Dragi odbore Eko-škole,

Sada znam s kim imam posla, ali svejedno imam mnogo pitanja. Razmišljao sam o tome cijeli dan dok sam radio. Oko vaše škole ne vidim polja koja obradujete, voćnjak u kojem berete voće, polja na kojima pasu životinje koje vas opskrbljuju mlijekom i mesom. Gdje su vaši pilići? Zar ne jedete jaja? Odakle pribavljate hranu? Gdje jedete? Tko uzgaja voće i povrće koje jedete? Što ustvari jedete? Jeste li s time zadovoljni? ... Molim vas, odgovorite mi! Znam da je to mnogo pitanja i možda neće biti lako pronaći odgovore. Morat ćete tražiti na različitim mjestima i svladati prepreke. Ali vjerujem da ste pravi tim za taj posao i da ćete biti sposobni pronaći sve informacije koje su vam potrebne.

Prilog 11 - Strip "Dobar plan"



Prilog 11 A - Pismo “Dobar plan”:

Dragi odbore Eko-škole,

Hvala vam na vašim odgovorima na moja pitanja o tome kako se hranite. Zaista mi se sviđa činjenica da (ovo ispunjava učitelj na temelju rezultata Analize hrane), ali također vidim da bi nekoliko stvari bilo vrijedno promijeniti. Što mislite? Kao poljoprivrednik moram svaki dan odlučiti što bih trebao činiti, u što da uložim energiju, što je u mojoj moći, što mogu promijeniti i što je izvan mojih sposobnosti. Na primjer, danas sam se bavio važnim problemom koji se odnosi na moja polja, a na kraju sam pronašao način kako ga riješiti. Sada mi je važno da sve dobro isplaniram. Kako odabirete što vam predstavlja poteškoće i kako izgleda vaš Akcijski plan?

Prilog 12 - Strip "Želite li nešto znati?"



Prilog 12 A - Pismo “Želite li nešto saznati?”

Dragi Odbore Eko-škole,

htio bih se zahvaliti što ste mi dopustili da pogledam u vaš svijet i saznam kakva će biti situacija s hranom za stotinu godina. Ne znam što bih s time učinio, a neke stvari uopće ne razumijem. Kako je moguća takva ogromna promjena? Mnogo sam se puta borio s pitanjem mogu li nešto promijeniti ako nekome kažem što vidim u ogledalu. Ustvari sam to i pokušao, ali nitko mi nije vjerovao, te su mislili da sam lud.

Ali vi biste trebali govoriti ljudima o svom radu, što ste saznali, naučili i otkrili. Nemojte svoja otkrića zadržati za sebe, nadahnite ostale, kako u vašoj školi, tako i izvan nje. Napravili ste dobar dio posla koji će zasigurno impresionirati druge, te ih uvjeriti da i oni mogu učiniti barem mali korak za bolju prehranu, tako da ih zanima što jedu, na koji način hrana dospijeva na njihov tanjur i koji utjecaj ima na njih i njihov okoliš.

Drago mi je da u budućnosti još ima ljudi koje zanima što se oko njih događa, te to pokušavaju poboljšati.

Prilozi za aktivnosti osnovne i srednje škole

Prilog 13 – Slika „Odbor Eko-škole u kuhinji“



Prilog 14 – Opis uloga u Eko-odboru



KUHAR – VODA TIMA – voli organizirati stvari, voli raditi s ljudima, dobar je u obavljanju više poslova u isto vrijeme, ima prirodan autoritet, otvorena je osoba koja ne odbija druga mišljenja i ideje, može voditi sastanke i rasprave ...



DOBAVLJAČ – TRAŽITELJ INFORMACIJA – znatiželjan, komunikativan, brzo reagira, dobar u traženju kontakata i resursa, sposoban u primjeni pravih informacijama, sortiranju i odabiru onoga što je bitno za podijeliti s drugima...



MODERATOR – OBLIKOVATELJ TIMA – društven, pozitivan, prijateljski nastrojen, ima sluha za potrebe drugih, maštovit, zna slušati...



EKSPERIMENTALNI KUHAR – IZVOR IDEJA – kreativan, maštovit, ne voli dosadu ili stereotipe, vidi različite načine na koje se stvari mogu raditi, ne detaljizira, više voli osmišljavati nove ideje nego ih realizirati do kraja, glava u oblacima ...



MENADŽER – RAZVRSTAVA IDEJE – vidi stvari realno, razmatra mogućnosti – za i protiv, promatra stvari s različitih gledišta, praktičan pristup idejama, može ocijeniti što je izvedivo, čvrsto stoji na zemlji...



KRITIČAR –INFORMATOR – zna slušati, voli čitati i pisati, ima sluha za potrebe drugih, može objektivno prosuđivati stvari s različitih strana, kreativan, aktivran i komunikativan...



FOTOGRAF –DOKUMENTARIST – vizualno maštovit, ima osjećaj za uhvatiti pravi trenutka (kompoziciju) i za detalje, voli raditi s tehnologijom, strpljiv...



TAJNIK – sistematican, savjestan, odgovoran, pouzdan, pragmatičan, može izdvojiti važne informacije za zapisnik...

Prilog 15 – „Palac gore – palac dole“



