

# SVĚTOVÝ DEN POTRAVIN pro mateřské školy

10. – 16. října 2016



PĚS  
TUJ  
PLA  
NETU

Upozorňujeme na  
**neudržitelný způsob**  
produkce i spotřeby  
**potravin**

...a nabízíme alternativy!

[www.pestujplanetu.cz](http://www.pestujplanetu.cz)



PĚS  
TUJ  
PLA  
NETU

Každý z nás může pěti jednoduchými kroky snižovat nejen **svůj dopad na klima** a podporovat změny obchodních praktik, ale i **jíst lépe a kvalitněji!**



neplýtvám



jím sezónně



jím méně



podporuji



vařím chytře

[www.pestujplanetu.cz](http://www.pestujplanetu.cz)

## Světový den potravin slavíme v týdnu 10. – 16. října.

- I malé děti se mohou jednoduchým způsobem dozvědět, že co je dobré pro planetu, je dobré i pro jejich zdraví. Mohou se naučit neplýtvat jídlem, mít rády sezónní potraviny a kromě masa jíst i luštěniny.
- Pomůcky: [vizuální materiály ke stažení](#), lze využít i [materiály určené školám i veřejnosti](#)
- Pro učitele: brožura (bude k dispozici koncem září)

## Z pěti kroků kampaně doporučujeme ve výuce MŠ využít následující:



neplytvám

- Když plýtváme potravinami, spotřebovává se mnoho energie na jejich výrobu. To zbytečně ničí životní prostředí.
- Proto je lepší si vždy dát na talíř menší porci a raději si přidat, než jídlo vyhazovat



jím  
sezónní  
potraviny

- Když jíme jahody v zimě, jsou dovezeny zdaleka. Dovážejí je k nám letadla, která znečišťují životní prostředí.
- Proto je lepší jíst jahody jen, když rostou u nás.
- Kdy u nás rostou jahody a kdy třeba jablka?
- Co můžeme jíst v zimě a co třeba na jaře, když u nás nic neroste?

# Návrhy aktivit

- Děti se mohou v rámci Světového dne potravin dozvědět o tom, jak se pěstují zelenina a ovoce (anebo si to rovnou vyzkoušet na školní zahradě)
- Uspořádejte výlet na místní farmu, ekofarmu, statek – děti se seznámí s tím, jak naše jídlo vzniká
- Děti společně s paní učitelkou/panem učitelem udělají těsto a upečou koláč z ovoce, které přinesly z domova anebo natrhaly na školní zahradě nebo si udělají pomazánku, upečou chléb.
- Děti přinesou ze zahrady nebo od místních pěstitelů ovoce (ideálně jablka, hrušky) a kuchařka jim z toho upeče koláč
- Děti je mohou navíc vystřihovat a vybarvovat obrázky ke kampani.
- V jídelně: děti si samy nandávají jídlo na talíř – učíme děti odhadnout, co samy snědí.

# Zapojení kuchyně



jím  
méně masa



podporuji  
drobné pěstitele



vařím  
úsporně

V dalších třech krocích (snížení spotřeby masa, podpora drobných pěstitelů a chytré/úsporné vaření) se může dobře zapojit kuchyně a připravit **zdravou a férovou hostinu na Světový den potravin**



# Zapojení kuchyně

## Jak na to:

Kuchyně může uvařit jídlo

- od místních (zelenina, ovoce) a/nebo fairtradových farmářů (fairtradová rýže, banány)
- ze sezónních surovin
- z luštěnin (využijte toho, že je [Mezinárodní rok luštěnin!](#))
- můžete vyzkoušet novou surovinu
  - Z luštěnin červenou čočku, fazole mungo anebo tofu
  - Z obilovin quinou, bulgur, jáhly, kuskus

Celou hostinu lze pojmout i jinak, cílem je využití alespoň jednoho z kroků kampaně (sezónnost, férovost k pěstitelům, méně masa, neplýtvání jídlem ani energií). [Více informací k jednotlivým krokům.](#)

# Dejte o akci vědět rodičům

- Vyfoťte děti během aktivity spojené se Světovým dnem potravin.
- Pokuste se, aby na fotkách byly vidět i vizuální materiály.
- Fotku nahrajte na facebook/web MŠ s #pestujplanetu, #svetovydenpotravin a #WFD16
- Aktivita umožní plnění kritérií kampaně Skutečně zdravá školka.
- Všechny podklady obdržíte koncem září.

# Přidejte se!

- Přihlásit k akci se můžete do 6. října prostřednictvím [tohoto registračního formuláře](#)
- Pokud máte dotazy, napište mi nebo zavolejte

Veronika Bačová, koordinátorka kampaně

e-mail: [veronika.bacova@ekumakad.cz](mailto:veronika.bacova@ekumakad.cz)

tel. 602 950 491

# Těšíme se na spolupráci