

Kako do manj odpadne hrane

How can we produce less waste food

Erika Golob

OŠ Karla Destovnika-Kajuha, Ljubljana

eri.golob@gmail.com

Povzetek

Skrb za okolje postaja nujnost in tega se vedno bolj zavedamo tako v osebnem kot tudi poslovnem življenju. Odpadki so vedno bolj pereča tema, predvsem so alarmantni podatki o količini hrane, ki je pridelana ali proizvedena, kupljena in pripravljena, pa vendar nikoli ne doseže svojega primarnega cilja, ker konča v smeteh. V svetovnem merilu letno zavržemo 1,3 milijarde ton hrane, kar predstavlja tretjino vse hrane.

Učitelji imamo veliko priložnost in dolžnost poučevati in vzgajati učence, da bodo znali ravnati odgovorno. Učencem lahko približamo odgovorna ravnanja, ki bodo omogočila osnovno razgledanost, pozitivna stališča do rešitev ekoloških vprašanj, ter seveda veščine, ki bodo učencem omogočile samostojno zaznavanje oziroma odkrivanje aktualnih problematik ter hkrati prepoznavanje in odkrivanje ravnanj, ki bodo pomenila trajnostne rešitve težav tako za naše kot za prihodnje rodove. Delo v delavnicah je ena od metod, s katerimi lahko te cilje učinkovito dosežemo. Sodi med tiste metode učenja, ki temeljijo na izkustvenem učenju in spodbujajo učenca k aktivnemu učenju. Povezuje lahko različna področja in omogoča medpredmetno sodelovanje med učenci, učitelji, pa tudi lokalnim okoljem.

Delo v delavnicah je projektno delo, ki omogoča samostojno delo učencev. Učitelj nastopa v vlogi motivatorja, ter predvsem osebe, ki učence vodi in jih usmerja, vendar ne predstavi rešitve problema ali pusti, da so učenci le opazovalci njegovega dela ali razmišljanja. Pomembno je tudi, da učenci sodelujejo pri zastavljanju ciljev oziroma oblikovanju nalog, kako zastavljene cilje doseči. Tako učenci preko lastnih aktivnosti prihajajo do neposrednih spoznanj in znanj.

Pomembna vrednota naše šole je ohranjanje narave, da bodo tudi prihodnje generacije imele možnost uživati v vseh njenih lepotah. Na naši šoli te vrednote otrokom približujemo na delavnicah, na katerih raziskujemo vzroke za preobilico odpadne hrane, ter iščemo načine za preprečitev tega stanja. Rešitve smo nato praktično preizkusili v kuharskih delavnicah. Izvedli smo tudi delavnico, na kateri smo razpravljali o pomenu Tradicionalnega slovenskega zajtrka

in sklenili, naj bo ta dan za našo šolo Dan brez odpadne hrane. Ta sklep je zapisan tudi v Letnem delovnem načrtu šole.

Ključne besede: aktivno učenje, medpredmetno sodelovanje, delavnice, odpadna hrana, Tradicionalni slovenski zajtrk, Dan brez odpadne hrane

Abstract

Caring for the environment is becoming a necessity and something we are more and more aware of in both our personal as professional life. Waste is a topic that needs to be addressed urgently. The data on the amount of wasted food, that is food that is farmed and produced, bought and prepared but that never reached its primary destination, is alarming. One third of world's food, which is 1.3 billion tons, is wasted yearly.

Teachers have a great opportunity and responsibility to teach and raise pupils that will know how to behave responsibly to nature. We can open their minds and bring closer patterns of behaviour, that will encourage positive attitudes toward solutions of ecological issues and skills that will enable our pupils to individually detect or discover current environmental issues and identify or come up with actions, that will lead to sustainable problem solving not only for our generation but also for those to come. Working in workshops is one of the teaching methods that base on experiential learning and encourage the pupils to active learning. Pupils, teachers and even the local community can work together on different topics in interdisciplinary cooperation.

Workshops are a form of project work, that enable the pupils to work actively. The teacher is present in the role of the motivator, but he is first and foremost someone who gives guidance without offering the solution to the problem or letting the pupils observe his work or thinking process. It is also very important that pupils actively cooperate in setting the goals and designing the tasks that will eventually enable them to reach the set goals. This is the way pupils reach conclusions and gain knowledge through their own activities.

Preserving nature, so that the future generations will also be able to fully enjoy its beauty, is an important value of our school. At our school, these values were brought by children in the form of workshops, where the reasons for such an extent of waste food were explored, and ways of preventing such a state were discussed. The solutions were practically tested in cooking workshops. We also had a workshop where the meaning of Traditional Slovenian Breakfast was discussed and we came to the agreement, that that day should

become No Waste Food Day. This conclusion also stands written in the school's Yearly Work Plan.

Keywords: waste food, workshops, Traditional Slovenian Breakfast, No Waste Food Day, active learning, interdisciplinary cooperation

Izveček

V delavnice na temo Zmanjševanja odpadne hrane so bili aktivno vključeni učenci različnih starostnih stopenj. Iskali so podatke, jih beležili, vključili v različne izdelke in jih predstavili ostalim učencem. Učenci so se povezovali po vertikali in horizontali, si pomagali in izmenjavali različna mnenja. Učili so se spoštovati predloge drugih, hkrati pa seveda zastopati lastna stališča. Učenci so razvijali različne kompetence. Poleg kognitivne so pridobili tudi socialne, sodelovalne, organizacijske, ročne spretnosti in informacijsko komunikacijske spretnosti. Raziskovali so vzroke za nastanek odpadne hrane ter predlagali različne rešitve. Nekatere rešitve so preizkusili v praksi. Učenci so idejno zasnovali tudi Dan brez odpadne hrane, ki je na šoli potekal sočasno z dnevom Slovenskega tradicionalnega zajtrka. Medpredmetno vseskozi sodelujemo tudi učitelji. Učence vodimo skozi delavnice in jih pri delu spodbujamo.

Extract

Pupils of different age groups were actively involved into the Reducing waste food workshops. They researched, took notes, included their findings into various products and shared them with their classmates. Students worked together both vertically and horizontally, helping each other and exchanging different views. Children learned to voice either opinions and respect other people's opinions at the same time. Children developed cognitive, social, co-operational skills, organizational and information technology skills. They researched the causes for such a great extent of waste food and prepared solutions. They tested some of their solutions in practice. Children fathered the idea of Day without Waste Food, which will be commemorated on our school on the same day Traditional Slovenian Breakfast is served. Teachers also further developed own interdisciplinary cooperation skills whilst guiding the pupils through the workshops and encouraging them in their work.

Kazalo

1	Uvod	5
1.1	Živilski odpadki	6
1.2	Vzgoja za trajnostni razvoj	6
2	Zmanjševanje odpadne hrane	7
2.1	Potek dela v obliki delavnic	7
2.2	Tradicionalni slovenski zajtrk in Dan brez odpadne hrane	11
3	Zaključek	14
4	Literatura	15

1 Uvod

Že od nekdanj je veljalo, da na mladih svet stoji. Dandanes, ko ugotavljamo, da je svet skrenil s poti, kot da je popolnoma izgubil kompas. Na žalost lahko namreč ugotavljamo, da svet stoji na smeteh. Celotno marsikatero življenje se je že nesrečno končalo pod kupom smeti, ki so bile namesto varnega vrta, ki odraslim služi kot pribežališče pred skrbmi vsakdanjika in otrokom za igrišče, prostor kjer preživljajo svoje otroštvo in se brezskrbno igrajo. V Ljubljani smo na mestu deponije uredili prijetno golf igrišče in živimo v bolj ali manj brezskrbnem prepričanju, da se nam kaj takega ne more zgoditi, vendar se ne zavedamo, da moramo proaktivno pristopiti k problematiki, da ne bi v slovenskih medijih prebirali novic, kot smo jih lahko pred nedavnim zasledili iz Adis Abebe (mmc rtv slo).

Mediji nam zadnje čase odpirajo nove rubrike, ko je na primer, Čas za Zemljo itd., kjer objavljajo novice glede okoljskega stanja. Čeprav napovedi nemalokrat zvenijo neverjetne, jih poslušajo vedno več ljudi, in skladno s prebujajočo se skrbjo za okolje in lastno preživetje tudi ravna. Tako so v javnost pricurjali podatki o onesnaženju morja (predvsem) s plastičnimi vrečkami. Glede na napovedi, bo v svetovnih morjih do leta 2050 več plastičnih vrečk kot rib. Podatek je zelo zaskrbljujoč. Opažam, da vedno več ljudi uporablja vrečke za večkratno uporabo ali po nakupih hodi celo s košarico. Nekatere evropske države so omejile uporabo plastičnih vrečk in napovedale celo popolno prepoved takšnih vrečk. V ospredje pa stopajo tudi tako imenovane bio razgradljive vrečke, saj je bilo ugotovljeno, da bio vrečka razpade na mikro delce, ti pa nadalje onesnažujejo okolje.

Zgodovina nam je pravzaprav že velikokrat dokazala, da nič ni nemogoče. Polemike so se začele že pred desetimi leti, ko so Mariborčani z grozo ugotavljali, da je deponija na Pobrežju že prepolna in jo je bilo potrebno še pred koncem leta zapreti. Iz odlagališč se je širil neznosen smrad. Tako so prebivalci več vasi v šentjernejški občini že leta 2014 javno izrekli svoje nestrinjanje z ravnanjem z odpadki v njihovi občini, in še in še bi lahko naštevali. Nekaj težav se je rešilo z uvedbo ločenih zabojnikov, zagotovo je veliko doprinesla tudi uvedba poglavja reciklaže v učne načrte. Vendar še zdaleč ni storjenega dovolj. V letu 2014 je v Sloveniji nastalo 4,7 milijona ton odpadkov, od tega smo v gospodinjstvih pridelali 542.032 ton komunalnih odpadkov, od tega 170.000 ton bioloških. To pomeni 82 kg bioloških odpadkov na člana gospodinjstva, če upoštevamo, da gospodinjstvo v povprečju šteje 4 člane.

1.1 Živilski odpadki

Odpadna embalaža je zelo zaskrbljujoče poglavje in ne gre podcenjevati resnosti te problematike, vendar pa so živilski odpadki morda še večja problematika kot pa odpadna embalaža, saj med gnitjem na odlagališču proizvajajo tako imenovane toplogredne pline, metan, ki je 23 krat bolj škodljiv kot CO₂. V letu 2004 so bili organski odpadki krivi izpust 46 tisoč ton metana v ozračje (Lep planet, Recikliranje odpadkov za vsakogar). Odpadki so vedno bolj pereča tema, predvsem so alarmantni podatki o količini hrane, ki je pridelana ali proizvedena, kupljena in pripravljena, pa vendar nikoli ne doseže svojega primarnega cilja, ker konča v smeteh. V svetovnem merilu letno zavržemo 1,3 milijarde ton hrane, kar predstavlja tretjino vse hrane. Iz tega mora slediti sklep, da je ločevanje odpadkov zelo pomembno, bistvenega pomena pa je zmanjševanje odpadkov. Človeški rod se že nekaj časa zelo oblastno vede do svojega planeta, posledice pa so vidne malo da ne na vsakem koraku. Za prihodnost človeštva je zagotavljanje izboljšanja kakovosti življenja bistvenega pomena. Sedanja in prihodnje generacije je potrebno vzgajati na način, ki bo spoštoval našo skupno dediščino – planet, na katerem živimo.

Učitelji imamo veliko priložnost in dolžnost poučevati in vzgajati učence, da bodo znali ravnati odgovorno. Učencem lahko približamo odgovorna ravnanja, ki bodo omogočila osnovno razgledanost, pozitivna stališča do rešitev ekoloških vprašanj, ter seveda veščine, ki bodo učencem omogočile samostojno zaznavanje oziroma odkrivanje aktualnih problematik ter hkrati prepoznavanje in odkrivanje ravnanj, ki bodo pomenila trajnostne rešitve težav tako za naše kot za prihodnje rodove.

1.2 Vzgoja za trajnostni razvoj

Potrebno je ozavestiti, da nam za naše okolje ne sme in ne more biti vseeno, če želimo poskrbeti za našo prihodnost in prihodnost naših otrok in vnukov, to pa pomeni, da sta vzgoja in izobraževanje za trajnostni razvoj kot vseživljenjski proces izrednega pomena. Oblikovalna moč šole je zelo velika.

Na naši šoli se nekateri učitelji trudimo vzgajati in učiti celostno. Zavedamo se, da najprej vzgajamo s svojim zgledom, zato je v prvi vrsti najbolj pomembno naše ravnanje v okolju, v katerem živimo in delamo. Spoštljiv odnos do okolja v celoti je tisti, ki lahko pozitivno vpliva na naše učence. Sami moramo živeti vrednote kot so: ljubezen in čuječnost do sebe in svoje okolice, spoštovanje, odgovornost, varčnost, skromnost, skrbnost, solidarnost, dobrodelnost. Tako bomo lahko veliko bolj uspešni pri oblikovanju učencev v

odgovorne, zavedne in čuteče osebnosti, ki izkazujejo spoštovanje in ljubezen do samega sebe, do soljudi, do vse žive in nežive narave, skratka do planeta v celoti.

Vzgoja in izobraževanje za trajnostni razvoj kot medpredmetno področje in kot vseživljenjski proces sta izrednega pomena. Skupinsko delo, sodelovalno učenje, pogovori, dialogi, opazovalno delo, pridobivanje neposrednih izkušenj v naravi in projektno delo, nam omogočajo, da lahko privabimo v aktivno sodelovanje več učiteljev, učencev in predstavnikov lokalnega okolja. Tako postaja okoljska vzgoja rdeča nit in vez med različnimi predmeti in različnimi generacijami.

2 Zmanjševanje odpadne hrane

2.1. Potek dela v obliki delavnic

Delo v obliki delavnic presega okvire pouka, saj se z učnim načrtom ne omejuje vsebinsko, kot tudi ne organizacijsko, pa tudi ne časovno in prostorsko na pogoje, v katerih je sicer organiziran šolski pouk. Je ena od metod, s katerimi lahko učinkovito dosegamo svoje cilje. Sodi med tiste metode učenja, ki temeljijo na izkustvenem učenju in spodbujajo učenca k aktivnemu učenju. Povezuje lahko različna področja in omogoča medpredmetno sodelovanje med učenci, učitelji, pa tudi lokalnim okoljem. Na delavnicah učence seznanjamo s celotnim postopkom od idejne zasnove do končnega izdelka. Pomemben je vsak vidik, saj prav preseganje strogih okvirjev pouka dodatno pritegne učence. Organizacijski del mora biti jasno načrtan, saj je od njega v veliki meri odvisna kakovost izvedbe. Učence in starše je potrebno obvestiti kje in kdaj se bo delavnica odvijala, kdo vse je vabljen oz. bo prišel, in do kdaj bodo dejavnosti trajale.

Delo po delavnicah je projektno delo, ki omogoča samostojno delo učencev. Učitelj nastopa v vlogi motivatorja, ter predvsem osebe, ki učence vodi in jih usmerja, vendar ne predstavi rešitve problema ali pusti, da so učenci le opazovalci njegovega dela ali razmišljanja. Med potekom projekta učitelj spodbuja, usmerja in pomaga učencem pri izvajanju aktivnosti, ki so jih prevzeli ob načrtovanju izvedbe projekta. Pomembno je tudi, da učenci sodelujejo pri zastavljanju ciljev oziroma oblikovanju nalog, kako zastavljene cilje doseči. Tako učenci preko lastnih aktivnosti prihajajo do neposrednih spoznanj in znanj. Pomembna značilnost vsake uspešne delavnice je tudi timsko delo. Samo vodenje je zelo zahtevno, saj se delo praviloma začne pred začetkov same izvedbe delavnic. V prvi fazi se razmisli se o ključnih kompetencah, ki jih mora vsak član skupine imeti. V drugi fazi sledi izbira sodelujočih. V tej fazi pride po navadi do prilagajanja, saj ni smiselno, da se vloge oz.

kompetence prilagajajo osebi, temveč je smiselno poiskati ljudi, ki ustrezajo posamezni vlogi (Projektno vodenje in timsko delo).

Osnovna šola Karla Destovnika Kajuha je letos drugo leto vključena v projekt Ekošola. Lani smo se lotili zajetnih projektov, kot sta Odgovoro s hrano, udeležili smo se pa tudi celjskega sejma Altermed. Na sejmu smo se pripravljali nekaj mesecev na tedenski ravni. Praviloma smo se z učenci sestajali ob petkih po pouku in takrat smo napeli male sive celice in razmišljali o različnih eko temah. Lani smo uspešno izvedli 7 pozno-popoldanskih petkovih delavnic. Začelo se je z načrtovanjem. Načrtovanje je potekalo v začetku meseca januarja, z izvedbo dejavnosti pa smo začeli v drugi polovici. Določili smo udeležence za posamezne aktivnosti. K sodelovanju sem povabila več učiteljic: učiteljico gospodinjstva, učiteljico slovenščine, učiteljico matematike, v določenih fazah našega sodelovanja pa je na pomoč priskočil tudi naš računalničar. Seveda pa so bili najpomembnejši sodelovalni sestavni del dela po delavnicah naši učenci. Sprva smo pristopili k najstarejšim učencem, saj smo jih učiteljice, ki smo se odločile sodelovati v projektu, tudi najbolj poznale. Sodelovalo je 15 učencev osmega in devetega razreda. Skupaj smo si zastavili naslednje cilje: spoznati vzroke za nastanek odpadne hrane, predlagati rešitve, predlagati jedi, ki jih lahko hitro in enostavno pripravimo iz najosnovnejših in pogostih jedi, preizkusiti recepte, s plakati predstaviti naše delo, pripraviti nekaj jedi po starih receptih, primerjati stare prehranjevalne navade in ravnanje s hrano z današnjimi sodobnejšimi in predstaviti svoje izsledke ostalim učencem, učiteljem in delavcem šole. Učenci so zbirali predloge za dejavnosti, s katerimi bi lahko uresničili naše cilje. Idej je bilo ogromno. Na srečanju smo te predloge pretehtali in razmislili, kaj in kako bi lahko izvedli ter nato določili aktivnosti našega projekta.

Na prvi delavnici so učenci poiskali statistične podatke o količini odpadkov, ki jih proizvede povprečno gospodinjstvo. Iskali smo vzroke za nastanek trenutnega stanja in skupaj ugotovili, da se je pravzaprav zelo težko upreti vsem skušnjavam in kupiti le tisto kar potrebujemo. Otroci vidijo torej težavo že v naboru vseh izdelkov, ki nam je na voljo. Mar res potrebujemo banane na policah v vseh letnih časih? Ali je potrebno imeti na voljo 10 vrst pšenične moke? Koga ne zamikajo jagode decembra? Zakaj ne bi kupili 5 kg mandarin, če pa so v posebni ponudbi in stanejo toliko kot le 1 kg pred tremi dnevi? Po drugi strani krušne drobtine stanejo tako malo, da jih v sodobnem svetu, ko se nam venomer nekam mudi, nihče več ne uspe zmlati. »Odpadna hrana nastaja v vsej prehranski verigi. Za nastanek precejšnjega deleža te hrane so v veliki meri odgovorna gospodinjstva – deloma zaradi pomanjkljivo ozaveščenega odnosa do hrane, deloma zato, ker velikokrat nimajo možnosti za primerno

skladiščenje hrane, pa tudi zato, ker niso dovolj pozorna na rok trajanja živil (Gale, 2014, str. 10). V slovenskih gospodinjstvih je odnos do hrane prevladujoče brezbrizen, veliko ljudi temu, kaj mečejo stran, ne namenja posebne pozornosti, opazili pa smo tudi veliko strahu pred roki uporabe, saj veliko ljudi vse, kar je čez rok, vrže stran. Ljudje vržejo stran največ kruha in pekovskih izdelkov, sledita pa sadje in zelenjava, kar pomeni, da se je naš odnos do kruha dramatično spremenil. S pomočjo pekarn smo ugotovili, da se ena petina kruha in pekovskih izdelkov speče več, kot pa prodaja, gre za hiperprodukcijo, ki jo trg zahteva. Kupci smo postali tako občutljivi, vse mora biti sveže in hrustljivo, če ni, se ne prodaja in ne poje (Kosmač, 2016). Sama se še spomnim svoje babice. Nam vnukom je vedno zelo rada pripravljala hrano, da le ne bi bili lačni, še rajši pa nas je gledala, kako jemo. Največji greh, ki smo ga lahko takrat zagrešili, da samo hrano pustili na krožniku. Takrat smo takoj izvedeli, da otroci v Afriki stradajo, da bi dali vse na svetu za tisto, kar mi s takšno brezbržnostjo puščamo na krožniku. Velikokrat smo tudi slišali, kako med vojno nismo imeli jesti in da ne vemo kaj je prava lakota. Res ne vemo in naši otroci tudi ne, naši dedki in babice pa so predaleč, da bi nam ponovno povedali življenjske modrosti. Sprejeti moramo, da sta lakota in žeja naravno stanje, in da je morda bolj pomembno jesti pet pravilno odmerjenih glavnih obrokov v celoti, kot pa nekaj grizljati kar naprej, da le ne bi bili lačni, saj to vodi v proč metanje hrane.

Učenci so bistroumno sklenili, da je edini način, da zmanjšamo količino odpadkov, vklopiti razum. Treba je previdno nakupovati, da nas ne premamijo ugodne ponudbe proizvodov, ki jih ne potrebujemo. Vsi imamo v shrambi izdelke, za katere smo že pozabili da jih imamo, ker se skrivajo »nekje zadaj« na polici. Do takrat, ko jih ponovno odkrijemo, je pogosto že potekel rok uporabe. Kupovanje cenejših izdelkov, in ustvarjanje zaloge se torej ne izplača. Povprečno gospodinjstvo letno kar dva tisoč evrov porabi za hrano (Gale, 2014), 250 evrov pa potratiti za hrano, ki se pokvari pred rokom uporabe oz. jo pripravimo v tako velikih količinah, da je določen delež vedno roma v smeti. Učenci so menili, da bi lahko finančni vidik bil dodatna spodbuda nakupovalcem, tj. staršem, da previdneje nakupujejo. Prav tako so svetovali, naj se vedno nakupuje z nakupovalnimi lističi, torej seznamom, ki ga nakupovalec pripravi vnaprej. Seznama se je potrebno tudi držati, kar pa je dandanes nemalokrat težava. Pomemben dejavnik, ki vpliva na kompulzivnost nakupovalca, je tudi dejstvo, da so trgovine odprte vsak dan v tednu in so nam (tudi) prehranski proizvodi na voljo praktično ob vsakem trenutku vsakega dneva. Nakupe tako opravljamo nepremišljeno, saj lahko kadarkoli »skočimo« v trgovino in kupimo še tisto, kar smo prvič pozabili. Sodoben nakupovalec

seveda vsakič kupi več proizvodov, kot pa le tistega po katerega je prišel, saj se je, kot že rečeno, vsem skušnjavam zelo težko upreti in tako se vrtimo v začaranem krogu.

Ko smo z učenci iskali rešitve za zmanjšanje količine odpadkov, ki jih proizvedemo doma, so se učenci domislili, da bi lahko naslovi delavnic izhajali iz starih slovenskih pregovorov. Zrno na zrno pogača, kamen na kamen palača, je bil naslov serije delavnic, kjer smo praktično preizkusili nekatere od predlogov za zmanjšanje količine odpadkov. Učenci so namreč ugotovili, da težava ni le v preveč lakomnem in nespametnem nakupovanju, temveč so težave tudi v odmerjanju količin za pripravo hrane, zato je potrebno pripraviti strategijo tudi za to področje. Svoje ideje so zapisali na plakat, ki smo ga razstavili v šolskih prostorih, kjer je bil viden vsem učencem in obiskovalcem. Na plakatih so se tako znašli razlogi za nastanek odpadne hrane ter tudi rešitve.

Slika 1 in 2: Ozaveščanje glede količine zavržene hrane

Zbrali smo ideje za pripravo preprostih jedi, katere bi lahko vsaj deloma pripravili iz hrane, katera bi sicer romala v smeti. Tako smo se lotili priprave mesno-zelenjavnih ladjic iz jajčevcev z nadevom iz mletega mesa. Iskali smo jed, ki jo lahko pripravimo iz hrane, katero radi jemo, pa vendar je vedno nekaj roma v smeti. Razmišljali smo, da se vsakdo kdaj znajde v situaciji, ko skuha omako iz mletega mesa, ostane pa je le za nekaj žlic, torej premalo za v skrinjo. Hkrati smo iskali zelenjavo, ki marsikomu ne diši, in tako prišli na zamisel za jajčevce. Mleto meso naj bi jajčevce oplemenitilo in jih naredilo bolj privlačne in okusne tudi za otroke. Tu naj povem, da marsikateri otrok jajčevcev ni še nikoli pripravljal, niti jedel. Otroci so se tako naučili, da je potrebno jajčevce najprej izdolbsti in nato nasoliti ter počakati, da izgubijo svoj grenak okus. Otroci so nato jajčevce nadevali z mletim mesom in nekaj mesom jajčevca ter jih pokrili s preostankom izdolbenega mesa. Jed smo pripravili v pečici, in jo tudi poskusili. Otroci so bili zadovoljni. Ker je jed zelo nasitna, smo pogostili še tiste

pedagoške delavce in ostalo podporno osebje, ki je bilo v tistem hipu še v šoli. Vsi so bili prijetno presenečeni. V sklopu delavnic »Zrno na zrno pogača«, smo kuhali tudi marmelade. V zimskem času je na voljo le nekaj svežega sadja, primerne za marmelade, zato smo se lotili priprave citrusne marmelade. Učenci so pripravili sadje (pomaranče, mandarine in limone) tako, da so jih temeljito olupili, odstranili večino kožice in vse koščice, nakar smo po receptu skuhalo marmelado. Pomembno je poudariti, da smo uporabili sadje, ki smo ga prinesli od doma, ker ga je bilo kupljeno preveč in bi sicer propadlo. Na naslednji delavnici smo pripravili brusnično-malinovo marmelado. Uporabili smo sadje, ki sem ga sama našla v spodnjem predalu zamrzovalnika, torej smo tudi tukaj zmanjševali količino odpadne hrane in jo reciklirali v nekaj okusnega. Otrokom je bila kuha nova izkušnja. Zanimivo je bilo opazovati njihovo navdušenje, ko so ugotovili, da zadeva ni tako zapletena, da je ne bi mogli narediti tudi sami. Ker smo naleteli na tako presenetljiv odziv, smo delavnice ponovili že z novimi generacijami šestošolcev. K pouku gospodinjstva sem prinesla 4 kilograme domačih neškropljenih kakijev in z učenci smo pripravili še kakijevo marmelado. Kakiji so bili primerno zreli, za čiščenje sicer malce nerodno, vendar so učenci uspeli izdolbsti dovolj kakijevega mesa, da smo skuhalo 19 kozarčkov marmelade. Ta sedaj čaka na zimo, ko jo bomo tržili na šolskem bazarju in poudarili eko komponento našega delovanja. Marmelado smo dali v lične kozarčke, ki so jih učenci prinesli od doma. Okrasili smo jih z blagom bombažne obleke, ki je bila namenjena v zabojnik za tekstil. Reciklirali smo torej na vsakem koraku.

2.2 Tradicionalni slovenski zajtrk in Dan brez odpadne hrane

Delavnice so bile jasen pokazatelj, da si učenci želijo strukturiranega druženja tudi v popoldanskih urah. Uživali so, saj so videli, da imajo zares pravico soodločati, in da njihove zamisli in želje tudi štejejo. Tako se nam je porodila naslednja ideja. Na srečanju predstavnikov vsakega razreda, torej šolske skupnosti, smo se poglobili v projekt Tradicionalni slovenski zajtrk. Preko šolske skupnosti je bila s tematiko seznanjena cela šola, saj so predstavniki imeli nalogo, da svoje sošolce na razrednih urah obvestijo o dogajanju. Motilo nas je, da na ta dan otroci pogosto jedo, hrane pa na ta dan ostaja izrazito več kot na običajen vsakdanjik. Zbrali smo ideje za izvedbo Dneva brez odpadne hrane, katerega bi izvedli prav na dan, ko je vseh slovenskih osnovnih šolah potekal Tradicionalni slovenski zajtrk (TSZ). Učenci so med drugim predlagali, naj učenci ta dan rajši malce dlje spijo in doma ne zajtrkujejo, da bodo za tradicionalni slovenski zajtrk zares lačni. Prav tako smo

izrekli, da če mora tudi ta dan biti redna šolska malica, naj bo takšna, da jo bodo učenci z užitek pojedli popoldne in ne zavrgli eno uro po tem, ko bodo pojedli maslo, med in jabolko. Vsi prisotni smo nekako izrazili nestrinjanje s črko zakona, ki predvideva, naj bo tradicionalni slovenski zajtrk dodatni obrok, oziroma naj ne nadomesti šolske malice. K projektu smo se zavezali in ga tudi vpisali v LDN, letni delovni načrt, zavezujoč dokument šole.

V tednu od trinajstega do sedemnajstega novembra smo zapisovali količino zavržene hrane na plakat, na vidno mesto pri kuhinji, in tako ozaveščali učence glede količine hrane, ki jo zavržemo na šoli. Ob pult, kjer otroci prevzemajo svoje obroke smo namestili obvestilo, naj si vsak vzame malce manjšo porcijo kot sicer, in pride po še, če bo še vedno lačen. Količina odpadkov se ni bistveno zmanjšala, saj je bilo pripravljeno preveč hrane, vseeno pa smo bili priča bolj praznim krožnikom. Tako smo v celem tednu zavrgli 353 kilogramov hrane. V ponedeljek je bilo 90 kilogramov odpadne hrane, v torek 60, v sredo 80, v četrtek 70 in v petek, torej na dan Tradicionalnega slovenskega zajtrka, pa le še 53 kilogramov. V ponedeljek in sredo smo imeli na jedilniku juho, kar je verjetno vplivalo na večjo količino odpadkov. Prav tako moramo priznati, da so učenci v petek malico odnesli domov in do morebitni odpadki nastali tam. Vseeno lahko opazimo, da je količina odpadkov v drugi polovici tedna v primerjavi s prvo lepo zmanjšala. Odločili smo se, da bomo akcijo večkrat ponovili in tako ozaveščali pomen zmanjševanja odpadne hrane.

V tednu Tradicionalnega slovenskega zajtrka smo načrtovali tudi izvedbo dneva brez odpadne hrane. Cilj sicer ni bil tako velikopotezen kot naslov. Naša želja je bila, da bi otrokom pokazali, da ni vsako obtolčeno in malce nagnito sadje za v koš. na šoli zbirali in shranjevali sadje, ki se ga ni pojedlo in bi sicer končalo med odpadki. Sodelovala ni le naša šola, temveč tudi OŠ Božidarja Jakca, kjer pravzaprav pripravljajo našo hrano. Na OŠ Božidarja Jakca se sicer niso odločili za podobno dejavnost, so pa prijazno prispevali sadje, ki ga tisti teden njihovi otroci niso pojedli. V četrtek popoldne smo na naši šoli zbrali vse sadje, ki se med tednom ni pojedlo. Ena od preprek, s katero smo se soočali je bil na primer primeren prostor za shranjevanje. V kuhinji namreč viška hrane ne smejo shranjevati, v drugih šolskih prostorih pa je bilo pretoplo. Ko smo težavo rešili, smo z veseljem ugotovili, da imamo na voljo skoraj 15 ananasov, cel zabojček jabolk, hrušk, nekaj pomaranč in mandarin, kivije in banane, kratka zelo pester nabor. Predvsem banane so bile zelo zrele in neprivlačne na pogled. V petek zjutraj sva dve učiteljici, jaz ter učiteljica vzgojiteljica iz prvega razreda razdelili sadje in tako smo bili pripravljene na Dan brez odpadne hrane. Razredi, ki so se

odločili pripravljati sadni smuti so prejeli bolj zrelo sadje, tisti, ki pa so se odločili za sadno solato pa trše sadje. Prav vsi učenci prvega triletja skupaj z učiteljicami, ki jih poučujejo, so bili vključeni v delavnice, kjer smo obrezovali, lupili in rezali sadje, ki je bilo prezrelo ali že nagnito, morda neprivlačno na pogled, pa vendar še vedno okusno. Tudi v drugih in tretjih razredih je sodelovala druga učiteljica, saj smo predvidevali, da bosta za organizacijo dela, varnost in ozaveščevalni segment potrebni vsaj 2 odrasli osebi. Odločitev je bila pravilna, saj drugošolci in tretješolci še ne znajo varno in samostojno lupiti sadja. Najtežavnejši je bil ananas, ki smo ga narezale učiteljice, otroci pa so opazovali, kateri del ananasa je užiten, in katerega po navadi zavržemo. Z otroki smo se pogovorili o razlogih za dejavnost, spregovorili o odpadni hrani in poudarili, kako pomembno je zmanjševati količino odpadne hrane. Nekateri otroci so izrazili začudenje, ko so videli, da nagnito sadje obrezujemo, namesto da bi ga zavrgli. Učenci so po oddelkih na različne načini reciklirali hrano: prvi razredi so pripravili sadni napitek smuti, drugi razredi sadno solato, tretji razredi so sušili sadje. Pridružil se je še en oddelek šestih razredov, ki je na ta dan pri pouku gospodinjstva ravno tako pripravil sadno solato. JEDI so se z užitkom pojedle in popile, vseeno pa smo med pripravo sadja pridelali veliko odpadkov, saj je bilo treba sadje obrezati, olupiti in izkoščičiti. Pripravili smo veliko število obrokov, v nobeno jed pa nismo dodajali sladkorja. Na to dejstvo smo otroke opozorili šele po tem, ko smo pripravljeno pojedli.



Slika 3 in 4: Rezanje, obrezovanje in lupljenje sadja pri prvošolcih



Slika 5 in 6: Rezanje, obrezovanje in lupljenje sadja pri drugošolcih in tretješolcih



Slika 8: Smuti

3. Zaključek

Odpadno hrano smo aktivno zmanjševali v tednu, ko je potekal tudi Tradicionalni slovenski zajtrk. Same količine odpadkov nismo bistveno zmanjšali, smo pa otroke opozarjali na problematiko odpadne hrane ter jih ozaveščali glede metod, katerih se lahko poslužujemo, da bi količino odpadne hrane zmanjšali. Dejavnosti so zahtevale priprave, v katere so bili vključeni tudi strokovni delavci sosednje šole. Pri projektu smo uspešno sodelovali učenci prvega triletja, en oddelek šestih razredov, njihove razredničarke in vzgojiteljice, sodelovala je tudi šolska svetovalna delavka ter predmetna učiteljica angleščine. Učence smo pri aktivnem delu vodili, usmerjali in spodbujali, ter jim tudi pomagali. Učenci so se naučili, da ni vsako neprivlačno sadje za v koš, temveč, da ga lahko še uporabimo, in iz njega pripravimo zelo okusen obrok. Naučili smo se lupiti in obrezati sadje. Skupaj smo uspešno dosegli zastavljene cilje in sklenili, da bo Dan brez odpadne hrane postal tradicionalni dogodek.

4. Literatura

Atlagič, G., Ciglič, I. in sodelavci (2006) Projektno delo – gradivo za učitelje. Pridobljeno s http://www.cpi.si/files/cpi/userfiles/Publikacije/Projektno_delo.pdf

Gale, Š. (2014). Nekaj šcepcev o hrani. NUK. Ljubljana. Pridobljeno s <http://www.stat.si/statweb/File/DocSysFile/5650>.

Piciga, D. (2013). Integralno do trajnostnega razvoja in zelenega gospodarstva Didakta, (št. 160), str. 11-13. Pridobljeno s <http://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-HFOMSBWV/79cb278d-0ea5-441b-b6a0-3a6c8fd73140/PDF>

Projektno delo in timsko vodenje (Skalič, A.). Pridobljeno s <http://www.znajdise.net/index.php/portal-znajdi-se/portal-uspenosti/poslovna-uspenost/36-clanki/poslovna-uspenost/63-projektno-vodenje-in-timsko-delo>.

Recikliranje odpadkov za vsakogar. Lep planet. Pridobljeno s <https://www.lep-planet.si/kaj-lahko-recikliramo/organski-odpadki/>.

Plaz smeti v Adis Abebi pod seboj pokopal 46 ljudi (12. 03. 2017). MMC RTV SLO. Pridobljeno s <https://www.rtv slo.si/svet/plaz-smeti-v-adis-abebi-pod-seboj-pokopal-46-ljudi/417136>.

Kosmač, G. (2016) Za veliko hrane v smeteh so krivi nakupovalni zombiji. MMC RTV SLO. Pridobljeno s <https://www.rtv slo.si/okolje/novice/za-veliko-hrane-v-smeteh-so-krivi-nakupovalni-zombiji/409844>.