

## SŠSZ- SHEMA ŠOLSKEGA SADJA IN ZELENJAVE

SŠSZ šolarjem zagotavlja brezplačno sadje in zelenjavo. Njen namen je povečati uživanje in porabo sadja ter zelenjave, zmanjšati število otrok s prekomerno težo, zmanjšati tveganja za nastanek bolezni sodobnega časa (sladkorna bolezen, srčno-žilne bolezni, rak ...), izboljšati prehranske navade otrok, povezati otroke s kmetijstvom, povečati oskrbo izobraževalnih ustanov z lokalno hrano. Naša šola v tem projektu sodeluje že od leta 2009. Vsak torek je sadje in zelenjava na voljo na različnih mestih v šoli in njenih podružnicah. Kolikor je mogoče, je hrana lokalno pridelana (okusna in zdrava). Njena pridelava je okolju prijazna. Na ta način investiramo v svoje zdravje ter prispevamo k ohranitvi podeželske pokrajine in okolja, saj prihranimo energijo in gorivo za prevoz ter skladiščenje. Sadje in zelenjava sta pomembni živili na jedilniku vsakega posameznika, saj prispevata k zdravju med ljudmi, zato upoštevamo zastavljene sheme. Pri oblikovanju otrokovih prehranskih navad so pomembni starši in drugi odrasli. Če doma otroci ne uživajo sadja in zelenjave (oz. jih starši ne uživajo in ne pripravljajo), ne smemo pričakovati, da jo bo z veseljem užival v šoli ali vrtcu. Zato je pomembno, da so tudi starši ozaveščeni o pomenu uživanja zdrave in raznolike hrane. Na naši šoli smo v lanskem šolskem letu razdelili največ jabolok in korenja.

Še nekaj zanimivosti:

- v projekt je vključenih pribl. 8 milijonov otrok EU v 54.000 šolah,
- sodeluje 25 držav članic EU,
- v EU SŠSZ otroci pojedjo največ jabolok, pomaranč, banan, korenja, paradižnika, kumar ...

*Valentina Golob, 7. d, Ana Krevh, 7. c, Anja Janežič, 9. e*