



Spoštujmo hrano,
spoštujmo planet

ODPADNA HRANA

Kaj lahko naredimo sami

<https://www.youtube.com/watch?v=khPBpWFNRCw&t=10s>

Tadeja Kvas Majer, MKGP



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO,
GOZDARSTVO IN PREHRANO



Spoštujmo hrano,
spoštujmo planet

*Naša
Super
Hrana*

I FEEL
SLOVENIA

Vsebina predstavitve

- *Splošna dejstva o hrani, izgubah hrane in odpadni hrani*
- *Kakšni so cilji*
- *Strategija*
- *Akcijski načrt*
- *Zakaj zmanjšati izgube hrane in odpadno hrano*
- *Nekaj o vzrokih za nastanek odpadne hrane*
- *Priložnosti za manj izgub in odpadne hrane*
- *Kako lahko pomagate in zakaj ste pomembni*
- *.....*

Hrana je najtrdnejša vez z naravo



Tadeja Kvas Majer, MKGP

Hrana je več kot samo obrok



Nekaj dejstev

V svetu več kot 820 milijonov ljudi nima dovolj hrane. Več kot 1,620 mrd ljudi trpi zaradi podhranjenosti (FAO).

1/3 proizvedene hrane na svetu se izgubi/med odpadke.

Združeni narodi-Trajnostni razvojni cilji-SDG 12.3: prepolovitev izgub in odpadkov hrane na prebivalca vzdolž proizvodne in dobavne verige do 2030 (prispevek k odpravi lakote, revščine in izboljšanje zdravja).

EU in njene države članice smo se 2016 zavezale, da bomo izpolnile cilje glede izgub hrane in zmanjšanja količine odpadne hrane do leta 2030 (nacionalne Strategije).

EU Platforma za preprečevanje izgub hrane in odpadne hrane decembra 2019 sprejela Priporočila za vse člene verige preskrbe s hrano

Učinkovita pridelava in uporaba hrane bi prispevala k učinkovitejši rabi virov in zmanjšala uporabo gnojil, stroškov ter emisij metana iz hrane na odlagališčih.

Kje v verigi nastaja izguba hrane in odpadna hrana



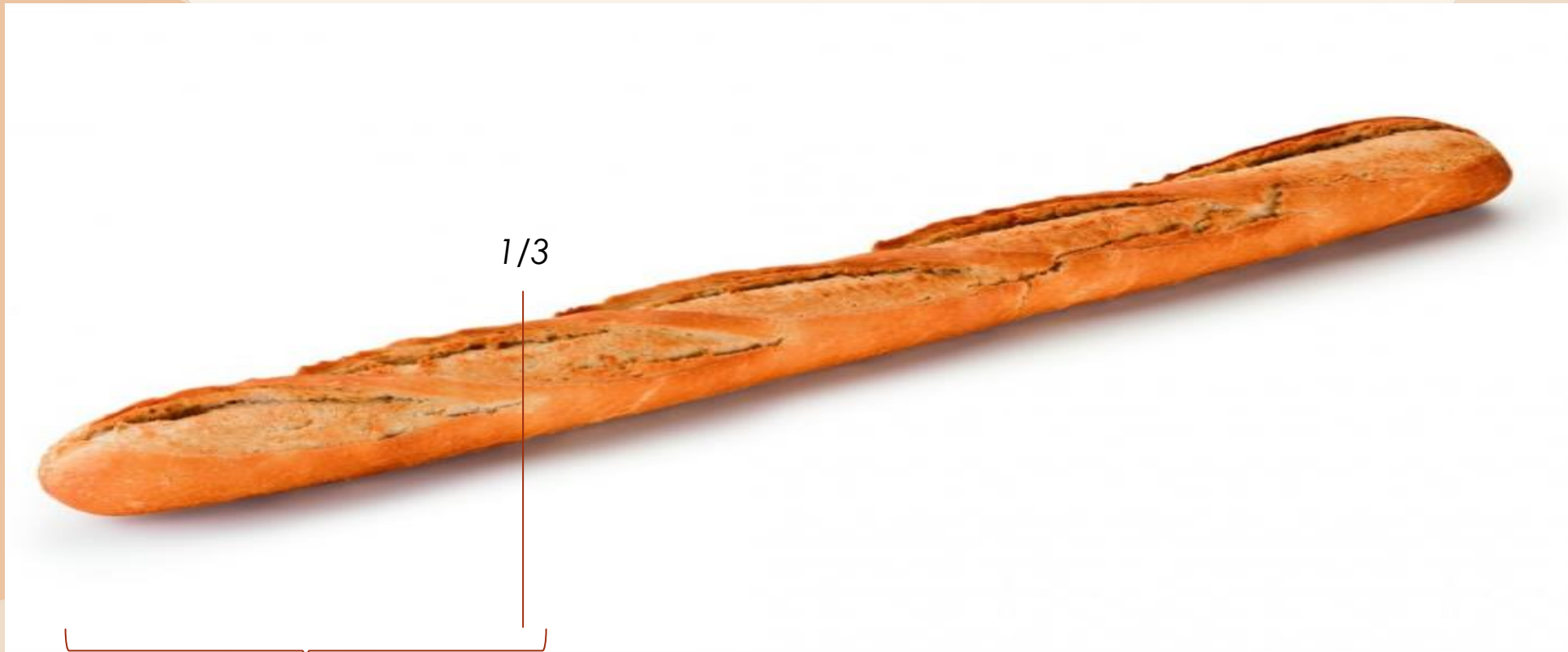
Izguba hrane je vsa hrana, ki se izgubi v dobavni verigi med proizvajalcem do vključno z oddajo na trg

Ali vemo.....?



1,2 izgube hrane
3, 4 presežki hrane
4 donirana hrana
5 za prehrano živali
7 neužitni del hrane
6, 8 odpadna hrana (del)

Globalna slika odpadne hrane



Za vso hrano ($1/3$), ki jo letno zavržemo, porabimo kar 3 ženevska jezera vode.

Na 28 % vseh kmetijskih površin na svetu se prideluje hrana, ki se na koncu izgubi ali zavrže.

Tadeja Kvas Majer, MKGP

Odpadna hrana povzroča prekomerno porabo naravnih virov – vode, obdelovalnih površin, energije

- Pridelana hrana, ki je ne zaužijemo, nosi odtis vseh predhodnih postopkov, od pridelave, predelave in dobave do prodaje in priprave, ter tako hkrati zmanjšuje samo količino razpoložljive hrane, povzroča pa tudi številne neugodne okoljske, družbene in gospodarske učinke.

1 jabolko – 70 L vode

1 kozarec mleka – 200 L vode

1 skodelica kave – 140 L vode

1 hamburger – 2.400 L vode



ODPADNA HRANA 2020 do 2023

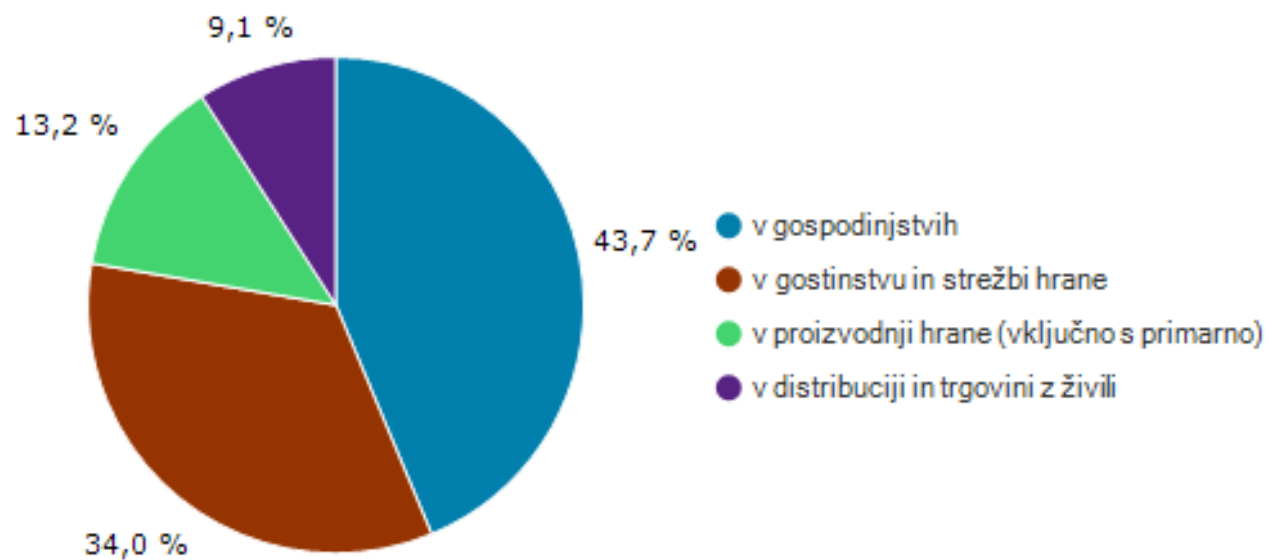
Kje smo po verigi

	74 kg	73 kg	72 kg	78 kg
Nastala odpadna hrana v izbranih dejavnostih (SKD 2008), Slovenija	2020 (tone)	2021 (tone)	2022 (tone)	2023 (tone)
SKUPAJ	154.656	154.185	150.839	164.803
... nastala v proizvodnji hrane (vključno s primarno) (tone)	10.904	13.561	10.645	21.825
... nastala v distribuciji in trgovini z živili (tone)	15.264	14.424	14.070	15.005
... nastala v gostinstvu in strežbi hrane (tone)	50.035	46.568	55.839	55.956
... nastala v gospodinjstvih (tone)	78.453	79.632	70.285	72.018

Vir: SURS

Tadeja Kvas Majer, MKGP, 23. 9. 2024

Nastale količine odpadne hrane po izvoru, Slovenija, 2023



REPUBLIKA SLOVENIJA
STATISTIČNI URAD

Odpadna hrana 2020 - 2023

Izbrane dejavnosti iz postavke "Gostinstvo in strežba hrane"

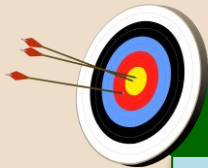
	2020 (t)	2021 (t)	2022 (t)	2023 (t)
<i>Izbrane dejavnosti (SKD 2008)</i>				
Dejavnost hotelov in podobnih nastanitvenih obratov (I55.100)	2.410	2.902	4.029	4.322
Dejavnost strežbe jedi in pijač (I56)	21.331	25.586	32.835	31.809
... od tega Restavracije in gostilne (I56.101)	19.623	23.577	30.368	29.087
Predšolska vzgoja (P85.100) in osnovnošolsko izobraževanje (P85.200)	1.460	5.364	6.046	5.907
Bolnišnična zdravstvena dejavnost (Q86.100)	1.689	1.833	1.813	1.581
Dejavnost nastanitvenih ustanov za oskrbo starejših in invalidnih oseb (Q87.300)	2.247	2.468	2.407	2.405

Skupine živil, ki po študiji JRC predstavljajo največji delež odpadne hrane-vse faze

- Zelenjava 41%
- Sadje 34%
- Žitarice 17%
- Meso 17%
- Oljnice 15%
- Krompir 12,5%
- Mleko 8%
- Jajca 2,5%
- Ribe 4%

Tudi v Sloveniji se po podatkih v okviru projekta Life4Climate (gospodinjskih dnevnikov) zavrže največ zelenjave, sadja, pekovskih izdelkov in mesa ter mesnih izdelkov

KAM GREMO?



Cilji EU in držav članic – 2030 (predlog)



10%
v predelavi
in
proizvodnji



30 %
(na prebivalca) v
trgovini na drobno,
obratih prehrane in
gospodinjstvih

Strategija za manj izgub hrane in odpadne hrane v verigi preskrbe s hrano

»SPOŠTUJMO HRANO – SPOŠTUJMO PLANET«

- ✓ *SDG 12.3: cilj je prepoloviti količino odpadne hrane na prebivalca v prodaji na drobno in pri potrošnikih ter zmanjšati izgube hrane vzdolž proizvodne in dobavne verige, skupaj z izgubami po pravilu, do leta 2030.*
- ✓ *Ključni cilj je spremeniti način razmišljanja v družbi. To pomeni spoštovanje in odnos do hrane ter naravnih virov, potrebnih za njeno proizvodnjo.*

Akcijski načrt izvajanje strategije za manj izgub hrane in odpadne hrane v verigi preskrbe s hrano

»SPOŠTUJMO HRANO – SPOŠTUJMO PLANET«

✓ **Akcijski načrt za izvajanje strategije**

- 57 konkretnih ukrepov na vseh nivojih in sektorjih:
 - Nacionalna shema za manj odpadne hrane
 - Priporočila (za vse člene verige)
 - Vzpodbujanje usposabljanja v verigi
 - Ozaveščanje potrošnikov
 - Vzpodbude v SKP (EIP, LEADER, JN merila...)
 - Vključitev v kodeksa odgovornega poslovanja s hrano in trženja
 - Doniranje hrane
 - Ambasador

Zakaj zmanjšati izgube hrane in količine odpadne hrane?

- Manjši pritisk na količinsko proizvodnjo hrane, cene hrane
- Boljša preskrba prebivalcev s hrano
- Manjši negativen vpliv na naravne vire (št. ha, manj FFS, gnojil, manj vode, manj goriva, manj izpustov...)
- Ekonomski vidik (manj stroškov)
- Manjši pritisk na kmetijstvo kot ,onesnaževalca‘!
- Dvig družbene norme glede spoštovanja hrane in tistih, ki jo proizvajajo!



PRILOŽNOSTI - HRANE NE SMEMO SODITI PO VIDEZU!



SADJE IN ZELENJAVA, KI JE 'ČUDNE' OBLIKE ALI OBTOLČENA IN NE USTREZATA 'LEPOTNIM' STANDARDOM JE PRAV TAKO UŽITNA, ENAKEGA OKUSA IN SE LAHKO PORABI ZA NAPITKE ALI KAKŠNE DRUGE DOBROTE. Z NAČRTOVANJEM OBROKOV IN PREMIŠLJENIMI NAKUPI SE PORABI MANJ HRANE, PRIHRANI PA SE TUDI DENAR!

Priložnosti

V zadnjih letih izobilja smo kot družba spremenili odnos do hrane. Vse prevečkrat se nam zdi samoumevna. In samoumevno je tudi, da jo lahko vržemo v smeti.

Pri tem pa se premalokrat zavemo, kaj pravzaprav mečemo v smetnjak (delo kmeta, kuharja, vodo, kot še kako pomembno in cenjeno dobrino, energijo in nenazadnje svoj denar...).

Pri spreminjanju zavedanja o pomenu hrane igra vzgojno-izobraževalni vidik močno vlogo. Družbene norme lahko torej spremenimo z vzgojo in izobraževanjem mladih, seveda pa tudi z zgledom.

Priložnosti

- *Pregled nad zalogami (digitalizirati), kakovost vhodnih surovin, roki uporabe...*
- *Sezonski jedilniki, spremljajte kdaj in kaj se več zavrže (spremenite obrok, hrane, ki je ne maramo je odpadek na krožniku)*
- *Presežke uporabite v novem obroku v drugi obliki (riž v enolončnici, polenta v pečni obliki...); pravočasno seznanite kuharje!*
- *Raje obrežite obtolčeno sadje/zelenjavo/meso, manj lupite, poiščite načine za uporabo ostankov za pripravo omak, jušnih osnov...*
- *Ločite živila, ki proizvajajo etilen (banane, paradižnik, melone, breskve, hruške..) od tistih, ki ga ne (jabolka, krompir, paprika, listnata zelenjava, jagodičevje), da preprečimo pospešeno zorenje*
- *Skladišče in hladilnik organizirajte na način dobrega pregleda (FIFO)*
- *Pregled nad zalogami, kakovost vhodnih surovin, roki uporabe...*
- *Primerno shranjevanje živil (temperatura, da preprečiti kvarjenje)*
- *Postrezite manj in omogočite ponovno/dodatno količino*

Priložnosti



TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

Zajtrk s sadjem - super dan!
19. 11. 2021

~ NAŠ SUPER ZAJTRK ~

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO,
GOZDARSTVO IN RIBIŠTVO

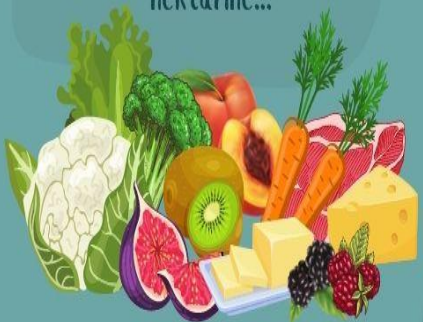
www.nasuperzajtrk.si #nasuperzajtrk

The poster features a colorful illustration of children sitting at a table with a blue tablecloth, eating breakfast. One child is holding a basket of apples. The text is in Slovenian and promotes a traditional Slovenian breakfast with fruit on November 19, 2021. It includes the logo for 'NAŠ SUPER ZAJTRK' and the contact information for the Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries of the Republic of Slovenia.

Katera živila shranjujemo v hladilniku?

Da

maslo, sir, meso (surovo ali termično obdelano), cvetača, zelena solata, brokoli, korenje, fige, kivi, robide, maline, nektarine...



Ne

česen, čebula, banane, kruh, krompir, avokado, paradižnik, jajčevci, sladki krompir, buče, grozdje, mango...



Upoštevaj navodila na embalaži

gorčica, kečap, sojina omaka, vložene kumarice, vložena/konzervirano sadje in zelenjava, marmelade, paštete...



ustrezno shranjevanje za optimalno trajanje sadja in zelenjave





29. SEPTEMBER 2022

Mednarodni dan ozaveščanja o izgubah hrane in odpadni hrani

»Poglej,
povohaj,
poskusi«

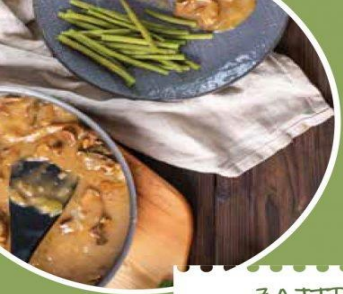
KAKO ZMANJŠATI KOLIČINO ODPADNE HRANE V VSAKDANJEM ŽIVLJENJU

DOMA

- Načrtujte obroke
- Uporabite ostanke
- Seznanite se z datumi (datum »porabiti do« obvešča o tem, do kdaj je hrana varna, datum »uporabno najmanj do« pa o kakovosti hrane)
- Vzemite manjši krožnik in si ga po potrebi znova naložite
- Zamrzujte! (že pripravljene porcije)
- Pravilno shranjujte živila (na etiketah preberite navodila za shranjevanje, poskrbite, da bo temperatura v vašem hladilniku med 1°C in 5°C)
- Ne pozabite, kaj imate v shrambi in hladilniku
- Rotirajte živila, ki jih hranite doma – »prvo noter, prvo ven«!



POGLEJ
POVOHAJ
POSKUSI



Jedilnik za 4-člansko družino

..... ZA 14 DNI



ŽAJTRK

KOSILO

VEČERJA

DAN 1

sendvič s kuhano šunko, jogurt, sadje

Zrezek v naravni omaki, pečen krompir, solata

solata s tuno, kruh

DAN 2

kosmiči, mleko, sadje

sir na žaru, ajdova kaša, zelenjava na sopari

fižol v solati, kruh

DAN 3

kruh z namazom iz skute in drobnjaka, mleko, sadje

file piščančjih prsi na žaru, polenta, mešana zelenjava v sopari

solata z jajcem in ješprenom

DAN 4

umešana jajca, kruh, mleko, sadje

testenine, omaka z mletim mesom in paradižnikom, solata

testenine s sirom, popečena zelenjava

DAN 5

kosmiči, mleko, sadje

pečena riba, blitva s krompirjem, solata

solata z jajcem, kruh

DAN 6

sendvič s kuhano šunko, jogurt, sadje

mesna rižota, solata

zrezek v omaki, testenine, solata

DAN 7

skuta, kruh, mleko, sadje

pečenka, ješprenj na sopari, rdeča pesa

paradižnikova solata z mladim sirom, kruh

DAN 8

sendvič s kuhano šunko, jogurt, sadje

pečenka, pražen krompir, solata

pečena zelenjava s tuno, kruh

DAN 9

kruh z namazom iz skute in mleke paprike, mleko, sadje

rižota s sirom na žaru in zelenjavo, solata

pečena jajca, kruh, solata

DAN 10

kosmiči, mleko, sadje

mesne kroglice, testenine, solata

fižolova solata z ješprenjem, kruh

DAN 11

umešana jajca, kruh, mleko, sadje

dušeno meso z zelenjavo, polenta, solata

testenine s sirovo omako, solata

DAN 12

kosmiči, mleko, sadje

riba na žaru, slan krompir, solata

Kuhana jajca, kruh, mešana zelenjava

DAN 13

skuta, kruh, mleko, sadje

ješprenjeva enolončnica z mesom, solata

omaka z mletim mesom in zelenjavo, testenine, solata

DAN 14

sendvič s kuhano šunko, jogurt, sadje

zrezek v naravni omaki, ajdova kaša, solata

Solata z mladim sirom, kruh



Izberi sezonsko sadje in zelenjavo od lokalnih proizvajalcev. Kupuj živila z znakom "Izbrana kakovost - Slovenija". Živila po odprtju embalaže shrani v skladu z navodili proizvajalca. Preglej svojo shrambo in hladilnik ter porabi živila pri kuhanju. Shrani in uporabi ostanke hrane od predhodnih obrokov.



Nakupovalni listek za 4-člansko družino

..... ZA 7 DNI

sadje / zelenjava

- zelenjava: 16 kg**
npr.: belo in rdeče zelje, zelena solata, motovilec, paprika, paradižnik, korenje, koleraba, čebula, por, bučke, rdeča pesa, stročji fižol...
- krompir: 5 kg**
- fižol: 300 g**
- sadje: 7 kg**
npr.: jabolka, hruške, slive, kaki, kivi, marelice, breskve, češnje, jagode...

žita / riž / testenine

- kruh: 3 kg**
polnozrnat pšenični kruh: 1 kg
pirin mešani kruh: 1 kg
rženi mešani kruh: 1 kg
- ovseni kosmiči ali muesli brez dodanega sladkorja: 2 x 500 g**
- riž: 500 g**
- polenta: 500 g**
- testenine: 1,5 kg**
ajdovi široki rezanci: 500 g
pirini polži: 500 g
polnozrnat peresniki: 500 g
- ajdova kaša: 500 g**
- ješprenj: 500 g**

mleko / mlečni izdelki

- mleko: 5 x 1 L (1,5 % mm)**
- jogurt: 2 x 1 L**
- skuta: 2 x 250 g (20 % mm)**
- sir za žar: 900 g**
- mladi sir: 300 g**
- poltrdi sir: 250 g**

meso / ribe / jajca

- jajca: 3 x 10 jajc**
- meso*: 5,4 kg**
kuhana šunka: 750 g
mleto meso: 700 g
meso v kosu: 3,4 kg
npr.: govedina, teletina, svinjina, perutnina
- sveže ribe: 1 kg**
npr. brancin, sardele, postrv
- tuna v konzervi: 4 x 80 g**

olja / maščobe

- olje**: 1 L**

* pomembno je, da izbiramo puste dele mesa
** priporočamo olje iz oljne ogrščice zaradi ugodne maščobno kislinse sestave
Nakupovalni listek za 4-člansko družino upošteva preračunane količine osnovnih živil, ki jih potrebujemo za pripravo predlaganih obrokov, ki so v skladu z načeli zdravega prehranjevanja.



Izberi sezonsko sadje in zelenjavo od lokalnih proizvajalcev. Kupuj živila z znakom "Izbrana kakovost - Slovenija". Živila po odprtju embalaže shrani v skladu z navodili proizvajalca. Preglej svojo shrambo in hladilnik ter porabi živila pri kuhanju. Shrani in uporabi ostanke hrane od predhodnih obrokov.

POMEMBNO:

Pri pripravi obrokov bodimo zmerni s soljo, zadostuje da jed začинimo (začimbe, sol) in je ne solimo dodatno pri mizi. S sadjem bomo zaužili zadostno količino sladkorja, ki je v plodovih naravno prisoten. Poskrbite za zadostno količino vode ali nesladkanih pijač. Če se ne morete izogniti sladkanju, bodite zmerni in namesto sladkorja uporabite med.





Organizacija Združenih narodov za prehrano in kmetijstvo

9namigov

S SKUPNIMI MOČMI PROTI ODPADNI HRANI

1 PROSI ZA MANJŠO PORCIJO



2 NE ZAVRZI OSTANKOV HRANE



4 KUPUJ "GRDO" SADJE IN ZELENJAVO



3 NAKUPUJ PAMETNO



5 PREGLEJ SVOJ HLADILNIK



6 SLEDI NAČELU "PRVI NOTER, PRVI VEN"



7 POZANIMAJ SE, KAJ POMEIJO DATUMI NA EMBALAŽI



9 DELITI POMENI POMAČATI. DONIRAJ



8 ODPADKE SPREMENI V KOMPOST



ZMANJŠAJMO KOLIČINO ODPADNE HRANE!



Možnosti za manj odpadne hrane - vodstvo

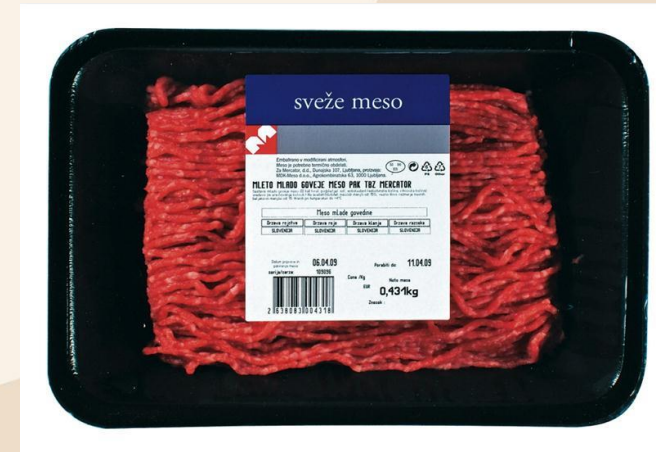
**Kodeks
odgovornega
poslovanja in
trženja
(za celotno
verigo) bi naj
imel 3 cilje**

https://food.ec.europa.eu/system/files/2021-12/f2f_sfpd_coc_final_sl.pdf

- Spodbujati zdravo in trajnostno porabo (zmanjšanje okoljskega odtisa prehrabnega sistema, izboljšanje zdravja in kakovosti ljudi)
- Olajšati uporabo trajnostnih praks pri vseh ustreznih akterjih v prehranskih sistemih (pošteni dohodki in delovni pogoji) ter
- Spodbujati nadaljnje izboljšanje notranjih procesov, delovanja in organiziranja (odgovorno poslovanje in trženje, vključevanje biotske raznovrstnosti, **zmanjševanje odpadne hrane**, vzpodbujanje krožnega gospodarstva)

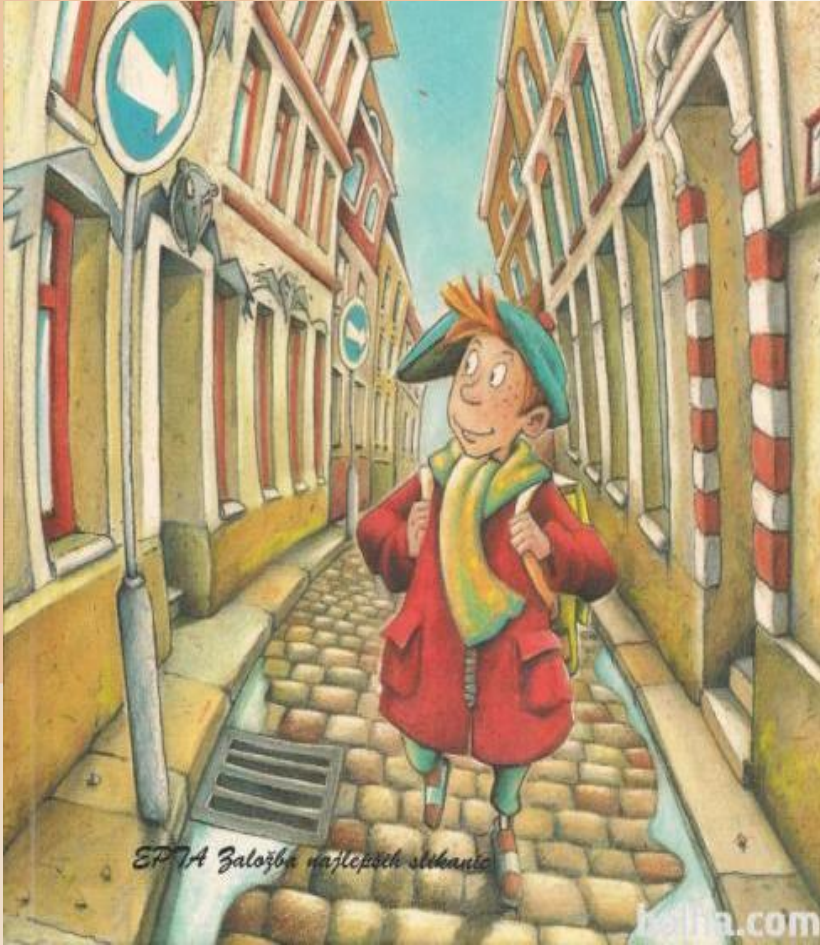
Roki uporabe

- Rok uporabnosti na embalaži živil: s pravilnim razumevanjem označb **“uporabno najmanj do”** in **“porabiti do”** se lahko zmanjša količina živilskih odpadkov in prihrani denar.
- Pri živilih, ki so iz mikrobiološkega vidika hitro pokvarljiva in lahko zato po krajšem obdobju predstavljajo neposredno nevarnost za zdravje ljudi, je „Datumom uporabe“. Šteje se, da po datumu uporabe živilo ni varno, skladno s 14. členom Uredbe (ES) 178/2002.
- Pri živilih, ki z daljšim rokom trajanja pe “Datum minimalne trajnosti živila”, ki pomeni datum, do katerega to živilo ohrani svoje značilne lastnosti, kadar je pravilno shranjeno.
- Uredba 1169/2011 ne prepoveduje prodaje živil po preteku datuma minimalne trajnosti (“uporabno najmanj do”/“best before”).



Tadeja Kvas Majer, MKGP

Pot spreminjanja družbenih norm



V procesu načrtovanja spreminjanja vedenj je ena temeljnih zahtev dobro poznavanje ciljnih skupin in osebnostnih ter okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na njihova vedenja povezana s problemom

3 vprašanja: KJE, ZAKAJ, KAKO

Kako zmanjšati izgube in odpadno hrano – strežba hrane

1. *Prostovoljna zaveza podjetja (napiše korake za trajnostno poslovanje)*
2. *Tehtanje odpadne hrane*
3. *Viden/prozoren smetnjak (kar vidiš ,boli‘)*
4. *Ozaveščanje gosta/potrošnika/zaposlenih (lokalna hrana, napisi, družinske igre, prednaročanje obrokov pri zajtrku, večerji...)*
5. *Možnost izbire manjših porcij*
6. *Obrezke pri pripravi obroka se uporabi za fonde, kremne juhe...*
7. *Pregled nad zalogami (FIFO, pravilno skladiščenje...)*
8. *Lokalni dobavitelji (svoj vrt, uporaba presežkov...)*
9. *Vnaprej pripraviti le del obrokov, ostalo sproti*
10. *Odnesi s sabo, doniraj humanitarnim organizacijam (DDV olajšava)*
11. *Družinske igre (otroci spremljajo kaj družina zavrže na počitnicah,...)*
12. *Novi izdelki iz presežkov/stranskih produktov (kremne juhe v kozarcih, marmelade, čežane, različni čipsi, namazi....)*



Preprečevanje izgub hrane in odpadne hrane naj postane del delovnega procesa – vse faze

1. Izvedite analizo trenutnega stanja (popis vseh surovin, izdelkov, procesov...) in ugotovite, kje nastaja največ odpadne hrane.
2. Na podlagi izvedene analize si postavite jasen cilj za zmanjšanje količin odpadne hrane. Zmanjšanje odpadne hrane v podjetju za x %
3. Vključite postavljen cilj v svojo trajnostno strategijo/poročilo. Pri tem si lahko pomagate s Kodeksom ravnanja EU o odgovorni živilski dejavnosti in trženjskih praksah
4. Merite in spremljajte količino odpadne hrane (priporoča se uporaba digitalnih orodij).
5. Donirajte viške/presežke hrane, sklenite pogodbe s humanitarnimi organizacijami. Doniranje je opredeljeno v členu 89.a člen Zakona o kmetijstvu. Za donatorje je v 38. členu Pravilnika o izvajanju Zakona o davku na dodano vrednost, ob upoštevanju določenih pogojev, opredeljena davčna olajšava.
6. Dobro planirajte (sodelovanje med nabavo, proizvodnjo in prodajo) ter optimizirajte proizvodnjo (čim manj kala).
7. Poskrbite za kulturo zagotavljanja varnosti živil pri delavcih (zadovoljstvo in vključenost delavcev, izobraževanje, usposabljanje o pravilnem izvajanju delovnih nalog, ravnanju v primeru napak v proizvodnji/nepredvidljivih situacij...).
8. Če se količina odpadne hrane ne zmanjšuje, poiščite vzroke in implementirajte spremembe.
9. Informirajte in ozaveščanje potrošnika (o zmanjševanju odpadne hrane in o rokih uporabe proizvodov...).

V vrtcih in šolah, kjer kuhinja in pedagogi dobro sodelujejo, otroci bolje jedo in je manj težav z odpadno hrano.

Nekaj idej za delo z otroki

<https://www.euroschoolindia.com/blogs/teaching-children-to-minimise-food-waste-on-world-food-day/>

1) Pogovarjanje z otroki o hrani:

- *kako bi prijatelja, ki ne je rdeče pese prepričal, da jo poskusi?*
- *Poveste/povedo zgodbo o npr. dedku in babici, ki sta pridelovala hrano, ki so jo ljudje metali stran; vpliv na okolje, lakota... (jezik in zgodba prilagojena starostni skupini)*
- *Praznujte 24. april-slovenski dan brez zavržene hrane; 29. september – mednarodni dan*

2) Igra (praznujte dosežke v igrah, s tem se vzpodbuja otroke)

- *Pokušanje sadja in zelenjave (prevezane oči - uganjevanje ali je hruška, jabolko, korenček...)*
- *Ustvarite skupen plakat ,brez odpadne hrane'/nazorno koliko škafov še 78 kg odpadne hrane/ koliko kratnik svoje teže*
- *Nakupovanje z s spiskom potrebnih živil (naloga za doma: naj opazujejo kako delajo doma in se o tem pogovarjate*

3) Od kod hrana prihaja: <https://www.youtube.com/watch?v=7FDVRQ9807c>

- *Hrano (jabolko, jajce, jogurt, krompir, sir, testenine, kruh, med...) se položi v košare, ki se jih pokrije, da ne vidijo kaj je v njih. Nato jih naključno izvlečejo in povedo ali prihaja od živali ali rastlin (podobno ali raste v Sloveniji ali ne)*

4) Tekmovanje med skupinami – kdo zavrže manj hrane (dobijo priznanje)

Nekaj idej za delo z otroki

5) Druge igre:

- Poveži različna živila/presežke v hrano (juha, solata, krušne drobtine....na enem koncu pa je koš za smeti ali kompost; infografike barvite, zanimive)
- Kam v hladilniku se katero živilo shranjuje oz se ga ne shranjuje v hladilniku (plakat hladilnika, listke s hrano postavljajo otroci,...)
- Kaj narediti z ostanki od kosila (nova jed, shraniti, zamrzniti, za večerjo...)
- Danes se igramo degustatorje (otroci povedo ali jim je hrana všeč, kakšen okus, kaj jih moti, ali bi to za kosilo pojedli ali pustili na krožniku)
- Kako se pripraviti na kuhanje (pregled zalog, priprava jedilnika, nakupovalni listek, koliko hrane za 4 osebe, kaj s tistim, ki ostane....)
- Merjenje odpadne hrane (cel teden se meri količino odpadne hrane, zakaj se ni pojedla, določi vrednost odpadne hrane in kaj bi lahko s tem denarjem naredila skupina)
- Reciklarna- izumljanje/sodelovanje pri predlogih novih jedi iz ostankov (npr polenta-v kremno jugo naslednji dan; kruh – v krušno pecivo s skuto in rozinami);
- Kuhanje v vrtcu, (Kitajska: <https://www.youtube.com/shorts/2dzg8uGzrp8>)
- Na dogodkih/sestankih izpostavite, da organizacija skrbi za manj odpadne hrane

ČAS JE ZA SPREMEMBE – HRANA NE SODI V SMETI!



SPOŠTOVANJE HRANE POMENI CENITI OZADJE HRANE, KI JO IMAMO NA KROŽNIKU. KO POZNAMO CELOTNO SLIKO (,OD VIL DO VILIC), LAŽJE RAZUMEMO, KAJ NAŠA HRANA V RESNICI PREDSTAVLJA IN KAKO DRAGOCENA JE V RESNICI.

ČE SE NAUČIMO VEČ O NAŠI HRANI, OD KOD PRIHAJA, KDAJ JE SEZONA IN KAJ JE POTREBNO ZA NJENO PRIDELAVO, GRADIMO NAŠE ZNANJE IN SPOŠTOVANJE DO TEGA, KAR JEMO.



Spoštujmo hrano,
spoštujmo planet



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO,
GOZDARSTVO IN PREHRANO



Spoštujmo hrano,
spoštujmo planet

*Naša
Super
Hrana*

I FEEL
SLOVENIA