



Z vsakoletnim dogodkom želimo otrokom v vrtcih in šolah približati pomen lokalno pridelane in predelane hrane, zdravega načina prehranjevanja, spodbujati javne zavode k nakupu lokalnih živil ter obenem ozaveščati mlade, starše, vzgojitelje in drugo javnost o:

- pomenu in prednostih lokalno pridelanih živil v naši prehrani,
- pomenu domače pridelave in predelave,
- pomenu zajtrka v okviru prehranjevalnih navad,
- pravilnem ravnanju z odpadki, ki nastajajo pri vsakodnevnih dejavnostih in racionalnem, ravnanju z embalažo ter zavržkih hrane,
- pomenu gibanja in športnih aktivnosti.

**Tradicionalni slovenski zajtrk v šolah in vrtcih bo tudi letos na dan slovenske hrane, to je petek, 18. november 2016.**



Z večjim povpraševanjem po lokalni hrani bomo spodbujali domačo pridelavo in predelavo hrane iz lokalnega okolja ter posledično slovensko gospodarstvo in samooskrbo, pomembno pa bomo prispevali tudi k skrbi za okolje in s tem h kakovosti hrane, ki jo uživamo, saj bi s kratkimi oskrbnimi verigami zagotovili manjše izpuste CO<sub>2</sub> in večjo kakovost živil zaradi krajšega transporta in skladiščenja. Kakovostno lokalno hrano si na svojih jedilnikih zaslužijo tudi naši otroci v šolah in vrtcih zato v okviru sistema javnega naročanja spodbujamo javne zavode k naročanju hrane, pridelane in predelane v lokalnem okolju.

### **Izvedba projekta**

Tretji petek v novembru se v vrtcih in osnovnih šolah izvede tradicionalni slovenski zajtrk, v skladu s svojimi možnostmi pa šole in vrtci izvedejo tudi druge izobraževalne dejavnosti v podporo projektu. Pomembno je, da se za tradicionalni slovenski zajtrk dobavijo le domača živila iz lokalnega okolja.

### **Zdravstveni in vzgojni vidik projekta**

Projekt zajema vrtce in osnovne šole v Sloveniji, kar pomeni, da zajema celotno populacijo vrtčevskih in šolskih otrok. Privzgajanje zdravih prehranskih navad je najbolj učinkovito zgodaj v otroštvu, ko otroci najbolj sprejemajo vrednote, so tudi najbolj dovzetni za prehransko vzgojo. Uravnoteženo prehranjevanje v obdobju odraščanja je pomembno, ker omogoča optimalno zdravje, rast in intelektualni razvoj, hkrati pa preprečuje nastanek zdravstvenih težav in z njimi v otroštvu, ali odrasli dobi, povezanih bolezni. Raziskave kažejo, da med tednom še vedno ne zajtrkuje skoraj tretjina slovenskih mladostnikov. Nepravilne prehranske navade lahko vodijo do prekomerne prehranjenosti oz. debelosti, ki predstavlja resen javnozdravstveni problem.

**Naj dan slovenske hrane postane prav vsak dan in naj se prav vsak dan začne s tradicionalnim slovenskim zajtrkom!**