



## **Akční skupina pro zdravé stravování**

### **Instrukce**

## **Plán zdravého školního stravování: jak na to**

Častou výtkou vůči školním plánům a strategiím je, že se jedná pouze o formální dokument, který si někdo sám vytvořil. Takovéto plány pak často nemusejí odrážet skutečnou praxi.

Tento dokument navrhuje jednoduché kroky, jak zajistit, aby váš školní plán zdravého stravování měl skutečně význam. Díky nim bude zahrnovat všechny věkové skupiny, bude volně k dispozici a bude stavět na práci, kterou jste již odvedli pro získání ocenění programu Skutečně zdravá škola.

Tyto kroky použijte, pokud ještě svůj vlastní plán zdravého školního stravování nemáte nebo pokud jej chcete vylepšit. Je důležité, abyste do sestavování plánu zahrnuli vaši akční skupinu pro zdravé stravování, tak aby se s ním mohl každý člen řádně seznámit a ztotožnit.

# Základní školy

## Krok 1 – Identifikace problémů

Představte myšlenku plánu zdravého školního stravování vaší akční skupině a sdělte jim, k čemu slouží a jaký je jeho smysl. Pro mladší děti můžete použít některé volnější výrazy jako například „jídelní plán“ nebo „plán baštění“.

Zeptejte se své akční skupiny (nejlépe po malých skupinách), jaké problémy v této oblasti škola má nebo na co by se měla zaměřit, nejlépe pak ve spojení s probíhajícími činnostmi pro získání ocenění programu Skutečně zdravá škola. Získané nápady a návrhy zapište na velkou tabuli, případně nechte děti nakreslit obrázky toho, co si myslí o jídle ve škole.

Na tomto místě můžete provést konzultace s ostatními účastníky školního života. Zeptejte se akční skupiny, jak toho dosáhnout.

### Nápady:

- Dotazníky, které budou děti rozdávat při obědě.
- Krátký dotazník pro rodiče.
- Oslovení rodičů při školní akci (nebo je rovnou pozvěte na oběd).
- Hlášení ve školním rozhlase.
- Požádejte žáky, aby fotili na téma jídlo ve škole.

## Krok 2 – Kreativita

Na dalším setkání akční skupiny můžete skupiny rozdělit na děti a dospělé. Dospělí mohou prodiskutovat jednotlivé návrhy a nápady a spolupracovat na sestavení textového znění plánu.

Skupina dětí pak může vymyslet způsoby, jak klíčové body plánu komunikovat svým spolužákům a zbytku školy.

Například takto:

- Zapojte vyučující umělecké výchovy a vytvořte informační letáky nebo plakáty pro děti a rodiče.
- Použijte webové stránky školy.
- Použijte školní časopis.
- Sepište článek pro místní noviny, a informujte tak širší veřejnost.

## Krok 3 – Konečná verze

Dobrovolník z řad členů akční skupiny (nejlépe předseda) shromáždí všechny návrhy a vytvoří jeden dokument. Další dobrovolník si vezme za úkol sestavit takové znění plánu, aby mu rozuměly i děti.

Návrh znění plánu zdravého školního stravování musí odsouhlasit akční skupina. Finální verzi pak podepíše ředitel/ka školy.

## Krok 4 – Začínáme

Začněte vytvořený dokument ve vhodném formátu rozesílat různým cílovým skupinám.

## Krok 5 – Akční plán

Prodiskutujte s akční skupinou kroky nezbytné k tomu, aby bylo dosaženo stanovených cílů.

Tyto kroky pak také můžete začlenit do akčního plánu pro získání ocenění programu Skutečně zdravá škola.

## Krok 6 – Hodnocení

Plán zdravého školního stravování revidujte jednou ročně, případně dříve, pokud nastanou zásadní změny.

# Střední školy

## Krok 1

Představte myšlenku plánu zdravého školního stravování vaší akční skupině a sdělte jim, k čemu slouží a jaký je jeho smysl. Zeptejte se své akční skupiny (nejlépe po malých skupinách), jaké problémy v této oblasti škola má nebo na co by se měla zaměřit, nejlépe pak ve spojení s probíhajícími činnostmi pro získání ocenění programu Skutečně zdravá škola. Na tomto místě můžete provést konzultace s ostatními účastníky školního života. Zeptejte se akční skupiny, jak toho dosáhnout.

### Nápady:

- Dotazníky, které budou studenti rozdávat při obědě.
- Krátký dotazník pro rodiče.
- Oslovení rodičů při školní akci (nebo je rovnou pozvěte na oběd).
- Hlášení ve školním rozhlase.
- Požádejte studenty, aby fotili na téma jídlo ve škole.

Rozdělte členům akční skupiny jednotlivé nápady a oblasti a požádejte je, aby do příštího setkání sepsali odstavec, který bude součástí konečného dokumentu.

## Krok 2

Na dalším setkání získané odstavce prodiskutujte s celou akční skupinou a společně případně proveďte změny. Dobrovolník z řad členů akční skupiny (nejlépe předseda) shromáždí všechny odstavce a vytvoří návrh finální verze plánu zdravého školního stravování.

## Krok 3

Na dalším setkání akční skupiny zkontrolujte a odsouhlaste konečnou verzi dokumentu. V rámci akční skupiny prodiskutujte možnosti, jak vytvořený dokument co nejlépe komunikovat zbytku školy.

### Nápady:

- Zapojte vyučující umělecké výchovy a vytvořte informační letáky nebo plakáty pro studenty a rodiče.
- Zapojte vyučující výpočetní techniky a umístěte příslušné sdělení na webové stránky školy.
- Navrhněte vhodné letáky a plakáty pro studenty a rodiče.
- Sepište článek pro místní noviny, a informujte tak širší veřejnost.

Návrh znění plánu zdravého školního stravování musí odsouhlasit akční skupina. Finální verzi pak podepíše ředitel/ka školy.

## Krok 4 – Začínáme

Začněte vytvořený dokument ve vhodném formátu rozesílat různým cílovým skupinám.

## Krok 5 – Akční plán

Prodiskutujte s akční skupinou kroky nezbytné k tomu, aby bylo dosaženo stanovených cílů. Tyto kroky pak také můžete začlenit do akčního plánu pro získání ocenění programu Skutečně zdravá škola.

## Krok 6 – Hodnocení

Plán zdravého školního stravování revidujte jednou ročně, případně dříve, pokud nastanou zásadní změny.

### Více informací:

Na webových stránkách Skutečně zdravé školy je k dispozici vzor plánu zdravého školního stravování.