



Nabídka vzdělávacích služeb

Naše vzdělávací semináře vám pomohou plnit program Skutečně zdravá škola

Abychom školám usnadnili plnění jednotlivých kritérií programu, nabízíme několik vzdělávacích seminářů pro všechny zapojené skupiny: žáky, pedagogy, kuchařky i rodiče. Semináře vedou [naše odborně proškolené a zkušené lektorky](#). Vzdělávací semináře si může objednat i škola, která zatím není zařazena do programu Skutečně zdravá škola.

Školení pracovníků školní jídelny

Nabízíme Vám systematický odborný přístup založený na dlouhodobém partnerství, kdy budeme přímo pracovat se zaměstnanci Vašeho stravovacího zařízení na postupném rozvoji směrem k využívání moderních zdravých postupů vaření a surovin.

Analýza stávajícího stavu školní jídelny a jejích potřeb:

Cílem analýzy školní jídelny je porovnat současný stav v přípravě pokrmů v jídelně s kritérii programu Skutečně zdravá škola v oblasti Kvalita jídla a místo jeho původu a doporučit jídelně, jak by mohla kritéria postupně naplňovat.

Analýza zahrnuje: zhodnocení jídelníčků, skladových zásob, zhodnocení možností pro další rozvoj, úprava stávajících receptur a rozšíření jídelníčku o další pokrmy s přihlédnutím k moderním výživovým poznatkům, monitoring soli a zhodnocení pitného režimu, sezónnosti surovin a využití dodavatelů potravin v regionu.

Praktické školení

Na základě výsledků analýzy stavu jídelny a navržených inovací v jídelníčku, sestavíme školení na míru těmto požadavkům. V prostorách školní jídelny proběhne praktické školení zaměstnanců. Po krátkém teoretickém úvodu společně provedeme vaření novinek v jídelním lístku, aby byla podpořena úspěšnost provedení, se zaměřením na správné postupy a dochucení. K novým pokrmům budou účastníkům školení poskytnuty ověřené receptury a normy, pro vlastní provedení v „ostrém“ provozu. Pracovníci školní kuchyně obdrží seznam netradičních, ale zdravých, surovin a jejich dodavatelů z regionu. Vytvoří se tak podmínky nové spolupráce v rámci místní komunity v regionu.

Vhodné je toto školení zopakovat. Podpoří se tím usazení nových postupů a používání nových zdravých surovin. Kromě celodenního praktického školení nabízíme také tematická školení na 4 hodiny.

Finanční náklady:

Činnost	Cena v Kč
Analýza stavu jídelny a navržení změn v jídelníčku	3 000
Školení pro personál kuchyně – 8 hodin	12 000
Tematické školení pro personál kuchyně – 4 hodiny	7 000

Vzdělávání pedagogů a rodičů

Kurz zdravého sezónního vaření pro pedagogy (a rodiče)

Krátká přednáška + praktický demonstrační seminář + diskuse a ochutnávání společně připravených pokrmů/3 hod.
Jedná se o odpolední seminář, jehož cílem je zábavnou praktickou formou vtáhnout pedagogy a rodiče do zdravého vaření. Díky tomu budou strávníci přímou součástí postupných probíhajících změn. V průběhu bude praktické vaření doplněno vzdělávacími komentáři a na závěr všichni účastníci ochutnají to, co společně připravili.

Finanční náklady: 7 000 Kč – zahrnuje veškeré suroviny, lektorné a cestovné

Praktický seminář Zdravá svačina pro mého školáka, pro rodiče

Zdravá svačina pro mého školáka aneb Dobře svačit = Lépe se učit. Seminář na 2,5 hodiny.

Co se dozvíte: Jak připravit zdravou a zajímavou svačinu, která se vám odpoledne nevrátí domů jak bumerang, jaké potraviny mít doma v zásobě, jaké pomocníky si pořídit do kuchyně, aby svačiny vypadaly atraktivně.

Finanční náklady: 6 400 Kč – zahrnuje veškeré suroviny, lektorné

Seminář pro rodiče a pedagogy na téma Výživa dětí

Chcete vykročit v oblasti výživy dětí tím správným směrem? Přednáška s následnou diskusí tuto cestu usnadní/1,5 hod.

Finanční náklady: 3 000 Kč – zahrnuje lektorné, cestovné

Praktický seminář Jak založit a provozovat školní užitkovou zahradu

Přednáška + komunitní plánování + diskuse/4 hod.

Lektorka představí publikaci Školní užitková zahrada a jak s ní pracovat. Vysvětlí pedagogům, jak naplánovat, vytvořit a starat se o přírodní užitkovou zahradu společně s žáky, navrhne, jak využít žáky vypěstované plodiny v hodinách vaření, provede na místě zahrady komunitní plánování zahrady se zapojením pedagogů a zainteresované veřejnosti.

Finanční náklady: 8 000 Kč včetně cestovného

Seminář Zahrada, která učí

8 vyučovací hodiny

Seminář pro učitele I. a II. stupně základních škol je sestavený z praktických ukázek výuky napříč předměty, a to s důrazem na ty, které byste v zahradě nečekali (dějepis, matematika, fyzika, chemie, český či cizí jazyk...). Seminář pomůže pedagogy motivovat k využívání školní zahrady, ukáže jednoduché a levné pomůcky a dokáže, že každá zahrada může učit.

Finanční náklady: 8 000 Kč včetně cestovného

Vzdělávání žáků

Seminář pro II. stupeň ZŠ „Na obranu jídla“

Diskuzní seminář pro žáky a studenty na téma nejnovějších vědeckých poznatků o vztazích mezi potravinami a zdravím. Promítneme si exkluzivní zkrácenou verzi filmu oceněného Velkou cenou LSFF 2016 „Na obranu jídla“ amerického režiséra a trojnásobného držitele ceny EMMY Michaela Schwarze.

V diskuzní části se zaměříme na tematiku výživy a stravování v nejrůznějších souvislostech – zdravotních, společenských, kulturních, ekologických.

Součástí je DVD s filmem a speciálně vytvořené metodické materiály s tematickými prezentacemi a cvičebním kvízem SZŠ k filmu Na obranu jídla.

Finanční náklady: 4 000 Kč – zahrnuje lektorné, cestovné, DVD + výukové materiály