

Maisto atliekų prevencija

PASIŪLYMAI MOKYKLOMS

KODĖL MAISTO ŠVAISTYMAS YRA SVARBU

- ! Pradinėse mokyklose po kiekvieno valgymo išmetama vidutiniškai nuo 15 iki 30% maisto (nuo 72 iki 120 g kiekvienam vaikui tenkančio maisto per dieną).

Išmetamo maisto kiekį galima sumažinti 75%. Vien naudojant atliekų kiekio matavimo ir stebėsenos metodus, virtuvėje ir valgykloje susidarančių atliekų kiekis vidutiniškai sumažėja 20%.

Apskaičiuota, kad maitinant 200 mokinių mokslo metų eigoje valgyklose vidutiniškai iššvaistoma 3,4 t maisto.

Ambicijos:

1. Šviesti moksleivius:
2. Optimizuoti maitinimą mokyklose:
3. Skatinti suinteresuotųjų šalių, dalyvaujančių maitinimo mokyklose sistemoje, bendradarbiavimą.

VERTA ŽINOTI

- Lietuvoje per metus vienas gyventojas namuose vidutiniškai išmeta 86 kg maisto.
- Pirkinių planavimas – viena iš priemonių mažinti maisto atliekų kiekį, nes dalis maisto išmetama net neatidarius pakuotės.
- Šaldymas – puiki alternatyva norint išsaugoti maistą. Šaldyti galima beveik viską.
- Maisto produktai, pažymėti „tinkami vartoti iki“, po termino pabaigos nėra saugūs vartoti, o produktai pažymėti „geriausias iki“ yra tinkami vartoti ir po termino pabaigos.

GALIMOS VEIKLOS

1. „Imk pavyzdį iš virtuvės šefo!“ Moksleivių apsilankymas virtuvėje, kad, susipažinę su vyr. virėju, vaikai galėtų geriau suprasti, kiek žinių ir jėgų reikia jų valgiui.
2. Pamėginti užsiauginti maisto (svogūnų, salotų) patiemis, kad pamatytų, kiek reikia vandens, kitų išteklių
3. „Pažintis su vietos gamintojais“
4. Sunešami namuose nereikalingi maisto produktai ir iš jų gaminama (arba tokią užduotį padalijęs mokyklos valgyklos likučius skiria mokyklos virėjas)
5. Užduotis atskirti maisto produktus, kuriuos reikėtų saugoti/pasidalinti su draugu, ką galima kompostuoti ir kas kompostui netinka (kortelėms atspausdinti žr. PDF failą „Ka galima kompostuoti, ko ne ir kuo reiktu dalintis ar išsaugoti“)
6. Užduotis sujungti maisto produktų korteles su jiems pagaminti/užauginti reikalingais ištekliais (kortelėms atspausdinti žr. PDF failą „Sujungti koku istekliu reikia“)
7. Užduotis sugalvoti receptą iš duoto likučių sąrašo (angliškam pavyzdžiui žr. PDF failą „Gaminti is likuciu“)
8. Užduotis įsijausti į vaisių ar daržovę ir aprašyti, kaip ji užauga ir kaip jaustųsi išmetama (angliškam pavyzdžiui žr. PDF failą „Įsijausti i svaistoma darzove“)

9. Mokiniai gali parašyti trumpą tekstą, kuriame aprašytų ateitį, kurioje maisto praktikos yra patobulintos, ar ateitį, kurioje nėra pokyčio, kaip maistas gaminamas. Klasę galima padalinti į dvi dalis. Viena dalis gali sukurti tekstą apie „sveiką Žemę“, kita dalis – apie „sergančią Žemę“. Mokiniai gali įsivaizduoti gyvenimą Žemėje po 50 metų ir aprašyti tai savo draugui, gyvenančiam kitoje planetoje ir niekad neregėjusiam Žemės. Mokiniai gali susėsti poromis pagal skirtingas temas ir perskaityti vienas kito rašinius.
10. Kitos pridedamos pratybos/mokomoji medžiaga.

KITOS VEIKLOS IR MEDŽIAGA LIETUVIŠKAI INTERNETE

Informacinė medžiaga apie maisto švaistymą plakatų forma:

<https://www.linkejimaimaistas.lt/plakatai/>

Prezentacijos forma: <https://www.linkejimaimaistas.lt/prezentacija-apie-maisto-svaistyma-ir-tausojima/>

FILMUKAI

Filmukas, kuriame herojai pasakoja, kaip išvengti maisto išmetimo:

<https://www.youtube.com/watch?v=i6QNddWudwE>

Animacinis filmukas apie porcijų kontrolę ir kad reikia tausoti maistą:

<https://www.youtube.com/watch?v=4aYeqIJwUls>

Animacinis filmukas apie tai, kiek išteklių reikalauja pagaminti maistą:

<https://www.youtube.com/watch?v=RDa0yu6WnGc>

Animacinis filmukas apie tai, kad kompostas iš mūsų maisto likučių yra labai reikalingas naujam maistui auginti:

<https://www.youtube.com/watch?v=XIXGSOmoUPI>

Animacinis filmukas apie tai, kad iššvaistydami maistą eikvojame vandenį:

https://www.youtube.com/watch?v=G_W1LoyCFgU

ŽAIDIMAI INTERNETE

Kompiuterinis žaidimas, kuriame reikia išgelbėti maistą:

<https://www.linkejimaimaistas.lt/zaidimas/>

Kompiuterinis testas įvertinti savo įpročius:

<http://www.vartotojai.lt/sincerelyfood/test/kitchen/>

<http://www.vartotojai.lt/sincerelyfood/test/banana/>

<http://www.vartotojai.lt/sincerelyfood/test/food/>

UŽDUOTYS

Informacinės pramogos – sąrašas mokytojams:

<https://www.linkejimaiastas.lt/linkejimai-maistas-informaciniu-pramogu-katalogas/>

Kiekvienos pramogos „pasidaryk pats“ puslapis:

<https://www.linkejimaiastas.lt/informacines-pramogos/>

Rekomenduojamos sąrašo užduotys:

<https://www.linkejimaiastas.lt/geriausias-iki/>

<https://www.linkejimaiastas.lt/vandens-pedsakas/>

<https://www.linkejimaiastas.lt/pirkiniu-sarasas-2/>

<https://www.linkejimaiastas.lt/bingo-zaidimas/>

<https://www.linkejimaiastas.lt/meniu-planavimas/>

<https://www.linkejimaiastas.lt/isgelbek-likucius/>

KLAUSIMAI POKALBIUI SU MOKINIAIS

Ar kada nors pasiėmėte savo pietus ir pamatėte maistą, kurio nemėgstate arba tuo metu nenorėjote? Ką su tokiu maistu darote?

Kaip manote, kas nutinka maistui, kai jis patenka į šiukšliadėžę?

Ar esate matę maisto gamavimo šou, kuriame šefai turi pagaminti skanų patiekalą, naudodamiesi jiems paruoštų produktų krepšeliu? Ar sunku būtų taip sunaudoti maisto likučius? Ar esate namie su tėvais pagaminę skanų patiekalą sunaudodami likusį maistą?

Vyresniems mokiniams:

Kaip manote, kas neigiamai veikia mūsų aplinką? Ką manote apie maisto poveikį planetai?

Kaip manote, kokį procentą maisto, kurį įsidedate į lėkštę, išmetate?

Dėl kokių priežasčių išmetate maistą?

Ar manote, kad maisto švaistymas yra problema? Kodėl?

Kaip maisto išmetimas veikia aplinką?

Kaip manote, kaip geriausiai sumažinti maisto atliekų?

Ką naujo sužinojote iš šios temos aptarimo? Ar kas nors nustebino?

Maisto atliekų prevencija

Daugiau informacijos apie projektą galite rasti <http://kurklit.lt/>

Gabrielė Makarevičiūtė-Osipovič | gabriele.mak@gmail.com

Gintvilė Bagdonavičiūtė | gintvile.bagdonaviciute@gmail.com



Kurk
Lietuvai