

Z najnowszych badań wynika, że otyłość jest pandemią XXI wieku – ponad 22% uczniów szkół podstawowych i gimnazjów ma nadmierną masę ciała*. Co ciekawe, dzieci bardzo dobrze znają teorię i piramidę żywieniową, jednak nie są w stanie wykorzystać tej wiedzy w praktyce. Jak zatem przekonać najmłodszych do zdrowych wyborów, gdy tradycyjna edukacja nie wystarcza? Nowy program „Od uprawy do potrawy” zaproponuje uczniom naukę zdrowego odżywiania od praktycznej strony – nie w szkolnej ławce, lecz... w sklepie spożywczym.

Ekspedycje Smaków – co to jest?

Nowy program edukacyjny Tesco Polska „Od uprawy do potrawy” zaprasza uczniów szkół podstawowych na niezwykłą przygodę i poznanie zdrowego odżywiania od nowej strony. Program opierać się będzie o „Ekspedycje Smaków” – wycieczki edukacyjne do miejsc, w których każdy podejmuje decyzje o swoim odżywianiu, wrzucając do koszyka określone produkty – czyli sklepów. Od września kilkadziesiąt sklepów Tesco w różnych miastach Polski stanie otworem dla młodych odkrywców, rozpoczynając tym samym innowacyjny program edukacji najmłodszych. W tym wyjątkowym gronie znalazł się sklep Tesco w Zielonej Górze. - To nie będą zwykłe wizyty w sklepie. W czasie naszych Ekspedycji Smaków, na żywym organizmie czyli sklepie Tesco, pokażemy dzieciom, jak dokonywać zdrowych wyborów – mówi Daria Kulińska, Dyrektor Działu Komunikacji Tesco Polska. – Scenariusz wycieczek opracowali dietetycy i eksperci, a prowadzone będą przez specjalnie przeszkolonych pracowników. Na dzieci czeka duża dawka wiedzy, zabawy oraz materiały edukacyjne. Nauczyciele otrzymają dodatkowe zestawy lekcyjne dla całej szkoły. Udział oczywiście jest bezpłatny, ale ilość miejsc jest ograniczona.

Wszystkie lokalne szkoły podstawowe mogą wziąć udział w programie „Od uprawy do potrawy” i odwiedzić sklep Tesco w Zielonej Górze (ul. Energetyków 2A), gdzie czeka na nich gra terenowa, ciekawostki i zabawy o zdrowym odżywianiu, degustacje produktów i misja zbudowania nowej piramidy żywienia. To jedyna taka okazja, by zobaczyć funkcjonowanie sklepu „od kuchni”.

Co zrobić, aby zapisać się na wycieczkę? Wystarczy wejść na stronę programu www.oduprawydotrawy.pl

złożyć chęć udziału i uzgodnić termin ekspedycji z Biurem Programu.

Dlaczego nowe podejście do nauki o zdrowym żywieniu jest ważne?

Badania pokazują, że uczniowie dobrze znają piramidę żywieniową, jednak nie potrafią wykorzystać tej wiedzy w praktyce i będąc w kuchni lub przy sklepowych półkach dokonują niezdrowych wyborów. Z badania „Talent do niemarnowania”, wynika, że 84% dzieci woli kupić słodczy lub słone przekąski, zamiast zjedzenia zdrowego posiłku, który zabrały ze sobą. Wiele takiej żywności zostaje wyrzucana do kosza.

Problemem jest też brak praktycznej wiedzy. O ile 96% uczniów potrafi powiedzieć, skąd biorą się produkty typu jajka czy ser, to mają duże problemy z odszyfrowaniem etykiet, ponieważ nie znają ich pełnego procesu produkcji. Przykładowo, tylko ok 50% dzieci wie, jak powstaje ser (badanie „Przyszłość na talerzu”). Słupki spadają również, gdy zapytamy o różnorodność zdrowych produktów. 96% dzieci zna krowie mleko, ale tylko 1/3 słyszała o mleku owczym lub

sojowym.

- Dzieci najlepiej przyswajają wiedzę, kiedy mogą same czegoś spróbować, dotknąć i trochę poeksperymentować. Dlatego w programie „Od uprawy do potrawy” postawiliśmy nacisk na samodzielne odkrywanie: smaków, produktów, etykiet i innych tajemnic. Chcemy zachęcić uczniów, by odkrywali ciekawe historie kryjące się za każdym produktem. A wszystko to w sposób, który dzieci lubią najbardziej – poprzez zabawę. Dlatego nasi eksperci zamienili sklepy Tesco w planszę gry terenowej, w której skarbem są witaminy, a tajnym szyfrem - etykiety – mówi Katarzyna Pieczyńska dietetyczka fundacji Szkoła na Widelcu, partnera merytorycznego Programu.

Dodatkowo, każda szkoła w regionie miasta Zielona Góra, która weźmie udział w programie, otrzyma specjalny zestaw edukacyjny opracowany przez ekspertów, składający się z 10 scenariuszy lekcyjnych wraz z materiałami.

Program „Od uprawy do potrawy” będzie trwać cały rok szkolny, czyli do czerwca 2017 roku. Aby zapisać się do programu i wziąć udział w „Ekspedycji Smaków”, należy zapoznać się z mapą lokalizacji na stronie www.oduprawydopotrawy.pl i uzgodnić termin z Biurem Programu. Zapisy ruszają już 1 września, ale ilość wycieczek jest ograniczona.