



MATERIAL
EDUCATIV

RO

2021

INTRODUCERE PENTRU PROFESORI

Dragi învățători, profesori și formatori,

Mâncarea și sistemul alimentar reprezintă un subiect-cheie pentru WWF. De ce? La nivel global, sistemul alimentar – modul în care producem, transportăm și consumăm hrana - este responsabil pentru 70% din pierderile de biodiversitate și pentru 24% din volumul total de emisii de gaze cu efect de seră. Amprenta ecologică a hranei noastre este uriașă! Iar noi aruncăm la gunoi o treime din alimentele produse.

Probabil ați observat deja că obiceiurile alimentare nesănătoase devin tot mai răspândite în rândul elevilor.

Copilăria timpurie este etapa în care se formează obiceiurile și preferințele alimentare. Acesta este momentul cheie să intervenim și să formăm un apetit pentru **alimente sănătoase și sustenabile**.

Pentru a obține și menține o schimbare comportamentală, proiectul nostru de Educație pentru Dezvoltare Durabilă se concentrează asupra unui comportament specific: **înlocuirea unui pachetel nesănătos cu unul benefic pentru sănătate, dar și pentru planetă**.

Proiectul li se adresează copiilor cu vârste între 5 și 12 ani. Acești vor realiza trecerea la un pachetel mai sănătos prin joc și explorare, împreună cu colegii de clasă.

„Coșul de picnic” este un instrument care sprijină schimbarea obiceiurilor alimentare ale copiilor. Acesta se bazează pe experiența bogată a WWF legată de dietele sustenabile. Proiectul contribuie la scopul WWF de a înjumătăți, la nivel mondial, impactul sistemului alimentar asupra mediului.

Proiectul aduce împreună 3 țări europene: Grecia, România și Turcia, într-o colaborare unică ce oferă școlilor oportunitatea să creeze o rețea dinamică în jurul acestui subiect atractiv: mâncarea. Punem pe masă planeta însăși. Pe masa discuțiilor, pe masa de lucru, dar și pe masa de gustări. Copiii vor fi bucuroși să o descopere și să guste schimbarea!

Care sunt pașii concreți prin care ne propunem să realizăm schimbări comportamentale în școli și în familii?

Schimbările comportamentale la elevi apar prin influența anturajului și prin învățarea reciprocă. Gustările aduse la școală – „pachețelul” – reprezintă un punct de plecare ideal pentru a învăța unii de la alții ce înseamnă o nutriție sustenabilă. Scopul nostru este ca nutriția sustenabilă să devină o normă, să intre în firescul cotidian, prin învățare experimentală, jocuri și ateliere de gătit sustenabil. Proiectul „Coșul de picnic” urmărește să transforme alimentația sănătoasă într-o deprindere „cool”. În prima etapă, proiectul își propune ca, prin jocuri și învățare, să creeze în școli o

COSUL DE
PICNIC





nouă cultură alimentară. Ca etapă următoare, sperăm ca elevii să adopte noi obiceiuri alimentare prietenoase cu sănătatea lor și cu planeta.

Acordăm importanță evaluării. Vom măsura rezultatele proiectului prin intermediul mărturiilor observaționale și a chestionarelor completate de profesori și de părinți.

Coșul de Picnic este mobil. Fiecare școală îl ia cu împrumut pentru o perioadă de 1-2 săptămâni și apoi îl returnează către WWF.

În Coșul de Picnic găsiți recuzită și jocuri pentru 3 zile dedicate nutriției sustenabile:

1. Ziua mâncării pregătite acasă * Luni: atelier de gătit în clasă;
2. Ziua fructelor locale și de sezon * Miercuri: povestea bananei, jocul „La ochi legați, fructe degustați!” și jocul „UNO” pe anotimpuri;
3. Ziua Z = zero risipă alimentară * Vineri: jocul „Nu mă arunca, frate!”.

Coșul de picnic conține un orar în care aceste zile sunt marcate. Elevii își iau orarul acasă, astfel încât familiile lor să-i ajute la pregătirea unui pachetel sustenabil. „Detectivii alimentelor” se asigură că elevii respectă acest orar pe tot parcursul anului/semestrului. Pentru clasă, veți găsi în coș un calendar anual cu diverse activități legate de mâncare sustenabilă și de zile internaționale dedicate alimentației care vor contribui la menținerea energiei și motivației elevilor pe parcursul anului.

După organizarea activităților din Coșul de Picnic și returnarea acestuia la WWF, clasa păstrează tradiția celor 3 zile pe săptămână dedicate mâncării prietenoase cu sănătatea și cu planeta (luni – mâncarea pregătită acasă, miercuri – fructe, vineri – ziua Z = zero risipă alimentară) și elevii continuă să-și aducă pachetelul conform acestui program. Aceasta este cerința minimă. Credem că punând în practică și alte

idei – precum cele din calendarul anual - puteți crea o experiență bogată și stimulantă legată de obiceiurile alimentare sănătoase! Implicarea părinților este esențială pentru succesul proiectului. Rolul profesorului este esențial în motivarea și încurajarea copiilor. Programul săptămânal de activități ar trebui să se încheie, pentru fiecare elev, în bucătăria de acasă! În calendarul anual veți găsi diverse idei prin care să implicați familia, dar vă încurajăm să fiți creativi în a găsi și experimenta și altele.

Profesorii implicați în proiectul „Coșul de picnic” sunt invitați să interacționeze printr-o platformă online națională/internațională. Vă încurajăm să folosiți platforma națională și internațională a proiectului pentru a intra în contact cu alți profesori români și străini, pentru a face schimb de experiență, pentru a vă motiva unii pe alții, pentru a cere sfaturi, pentru a vă prezenta realizările și, de ce nu, pentru posibile inițiative comune. La urma urmei, mâncarea este subiect care unește pe toată lumea, în special pe copii!

WWF vă susține prin formare, suport și păstrând legătura cu dumneavoastră pentru alte provocări sau programe interesante. Vă rugăm cu amabilitate să completați chestionarele care ne ajută să evaluăm proiectul și să măsurăm schimbările de comportament. De asemenea, vă încurajăm să împărtășiți experiența și să implicați comunitatea școlară în această inițiativă.

Profitați de ocazie să transmiteți un mesaj despre alimentația prietenoasă cu sănătatea și cu planeta. Veți fi surprins să întâlniți părinți care vor reacționa imediat. Vor fi încântați să gătească cu copiii lor, să prepare rețete sustenabile, sănătoase și gustoase și să se alăture comunității școlare la un eveniment pe tema mâncării pe care îl puteți organiza spre sfârșitul anului școlar: un festival culinar, o petrecere cu degustări sau chiar un mare picnic. Veți vedea părinți și elevi inspirați și dedicați să facă schimbări sănătoase!

Vă dorim o călătorie plăcută și poftă de învățare,
WWF România, Grecia, Turcia
Echipa de Educație pentru Dezvoltare Durabilă

