

Svetový deň výživy 2020.

V roku 1981 vyhlásila Svetová organizácia pre výživu a poľnohospodárstvo (FAO) 16. deň v mesiaci október za *Svetový deň výživy*, alebo aj ako *Svetový deň potravy*. Každoročne sa mimoriadne venujeme tejto téme v našich materských a základných školách sídliacich na území mesta Košice.

Správna výživa detí v škole je výživa, ktorá priaznivo pôsobí na ich zdravie, na rast a vývin organizmu a vytvára podmienky na dosiahnutie harmonického a všestranného rozvoja dieťaťa. Škola je najvhodnejšie prostredie, kde sa deti vzájomne spoznávajú, učia sa nové veci, získavajú nové zručnosti a návyky, ktoré budú ich odrazovým mostíkom do ďalšieho života. K tomu patrí aj výchova k zdraviu, k správnym hygienickým návykom a najmä získavanie správnych návykov k zdravému stravovaniu. Jedlo vždy bolo stredobodom moderných výziev v oblasti trvalo udržateľného rozvoja. Mnohé rozvinuté krajiny začleňujú vzdelávanie v oblasti výživy do učebných osnov, pretože zdravá vyvážená strava prispieva k schopnosti detí učiť sa, podporuje duševnú, sociálnu a fyzickú pohodu, prispieva k zvýšeniu sebavedomia a zdravšiemu telu. Správna výživa zohráva od útleho veku významnú úlohu v prevencii vzniku rôznych poškodení zdravia, prejavujúcich sa často v dospelosti. Preto je veľmi dôležité dbať na to, aby si deti už v detstve vytvorili správne stravovacie návyky, podľa ktorých sa budú riadiť celý život. Najdôležitejším z tohto pohľadu je predškolský vek.

Školské stravovanie na Slovensku prešlo za dlhé obdobie od svojho vzniku celým radom zmien, v súvislosti s modernizáciou a využiteľnosťou potravín v moderných stravovacích trendoch. K tomu všetkému samozrejme patrí aj neustále odborné vzdelávanie sa zamestnancov, ktorí sa v najväčšej miere podieľajú na príprave a podávaní výživovo hodnotného zdravého jedla deťom. Zamestnanci našich školských jedální v spolupráci s vedením školy a oddelením školstva MMK vyvíjali v posledných rokoch množstvo aktivít pre deti, žiakov a v neposlednom rade aj pre rodičov detí, aby im bližšie predstavili zdravé trendy vo výžive, ktoré využívame v školskom stravovaní.

V tomto roku sa však všetky plánované aktivity museli prerušiť z dôvodu ochrany zdravia obyvateľstva, v súvislosti s riešením pandémie COVID-19.

Pamätný Svetový deň výživy sme však aj napriek obmedzeniam nechceli nechať bez povšimnutia medzi deťmi a rodičmi v našich školách. Preto členky pracovnej skupiny vedúcich ŠJ so súhlasom vedenia oddelenia školstva MMK odporúčali vedúcim ŠJ materských a základných škôl v meste Košice pripomenúť si Svetový deň výživy na svojich školách tak, že zostavia na základe ankety jedálne lístky v dňoch od 16. - 30. 10. 2020, z najobľúbenejších jedál detí. Anketa bola úspešná a z niektorých MŠ a ZŠ sme pripravili prezentáciu prác s deťmi a obľúbených jedál, ktoré pani kuchárky deťom pripravili.

Z príležitosti Svetového dňa výživy, vedenie Mesta Košice srdečne ďakuje všetkým zamestnancom školských jedální za vykonávanie ťažkej a zodpovednej práce, za zvládnutie tohto náročného obdobia. Ďakujeme Vám, že aj napriek rôznym pracovným problémom nestrácate úsmev na tvári a milé slovo, ktorým sa prihovárate v jedálni svojim deťom. Dôsledky tejto pandémie sa určite negatívne zapíšu do histórie, ale veríme, že kreatívny a zdravý rozvoj školského stravovania to nezastaví.

Spracovala: M. Beregszásziová
referent pre ŠS

Mgr. Lucia Gurbáľová
námestník primátora mesta Košice