

EUROPEJSKI PROGRAM OWOCE I WARZYWA W SZKOLE



OWOCE I WARZYWA DLA DZIECI W TWOJEJ SZKOLE

Program wspólnej polityki rolnej Unii Europejskiej „Owoce i warzywa w szkole”, realizowany przez Agencję Rynku Rolnego (ARR), jest inicjatywą, dzięki której szkoły mogą propagować wśród dzieci zdrowy styl życia, w tym prawidłowe odżywianie. **Zgłoś szkołę do programu i zapewnij dzieciom nieodpłatne porcje warzyw i owoców!**

NA CZYM POLEGA PROGRAM?

W ramach programu uczniowie poznają zasady zdrowego żywienia, co sprzyja wyrobieniu zdrowych nawyków żywieniowych. Dzieci utrwalają te nawyki poprzez:

- **spożywanie kilka razy w tygodniu porcji owocowo-warzywnych otrzymywanych bezpłatnie w szkole,**
- **uczestniczenie w specjalnych działaniach edukacyjnych poświęconych zdrowemu żywieniu, a także pochodzeniu owoców i warzyw.**

CO DOSTAJĄ DZIECI?

Dzieci otrzymują w ramach programu:

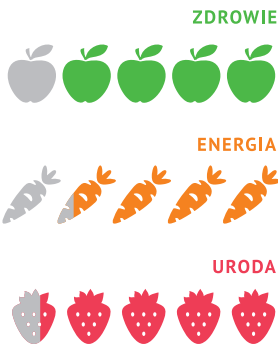
- świeże owoce – jabłka, gruszki, truskawki, borówki amerykańskie
- świeże warzywa – marchewkę, paprykę słodką, rzodkiewki, kalarepę, pomidorki koktajlowe
- soki owocowe, warzywno i mieszane.

Gotowe do spożycia porcje owocowo-warzywne są przygotowywane i dostarczane do szkół przez zatwierdzonych dostawców. Owoce i warzywa udostępniane są dzieciom w ciągu 10 tyg. w ramach danego semestru (łącznie przez 20 tyg. w roku szkolnym). W tym okresie dzieci otrzymują porcje owoców i warzyw co najmniej dwa razy w tygodniu.

KTO MOŻE UCZESTNICZYĆ W PROGRAMIE?

W programie mogą uczestniczyć dzieci ze szkół podstawowych realizujące obowiązek rocznego przygotowania przedszkolnego (tzw. „zerówki”) oraz dzieci uczęszczające do klas I–III. W roku szkolnym 2015/2016 (wg danych MEN) w programie będzie mogło uczestniczyć przeszło 1,6 mln dzieci. W roku szkolnym 2014/2015 w programie uczestniczyło ok. 1,34 mln dzieci, tj. ok. 96% dzieci z grupy docelowej.





SKUTECZNOŚĆ PROGRAMU

Program „Owoce i warzywa w szkole” jest lubiany zarówno przez dzieci, jak i rodziców oraz nauczycieli. Jest stałym elementem funkcjonowania przeszło 11,3 tys. szkół podstawowych w Polsce. Realizacja programu w Polsce doceniana jest również przez Komisję Europejską i jej ekspertów. Polski program jest często prezentowany jako jedna z dobrych praktyk w tym zakresie na forum UE oraz na spotkaniach ekspertów dotyczących promowania spożycia owoców i warzyw, takich jak konferencja EGEA w Mediolanie pt. „Zdrowa dieta, zdrowe środowisko w ramach owocnej gospodarki: rola owoców i warzyw”.

Dotychczasowe diagnozowanie skuteczności programu wykazało jego duży potencjał i efektywność. Program miał dobry wpływ na wiele aspektów związanych z żywieniem dzieci, w tym:

- wpłynął na zwiększenie ilości spożywanych owoców i warzyw przez dzieci uczestniczące w programie. Jadły one w dni szkolne o 21% więcej owoców oraz warzyw niż dzieci niebiorące w nim udziału;
- poszerzył wiedzę dzieci na temat zasad zdrowego odżywiania. Dzieci uczestniczące w programie częściej wiedziały, jak dużo porcji owoców i warzyw powinny codziennie spożywać;
- zmienił nastawienie dzieci do jedzenia owoców i warzyw. Przykład kolegów i koleżanek jedzących owoce i warzywa zachęcił do ich jedzenia dzieci, które dotychczas tego nie robiły.

Pod wpływem programu dzieci rzadziej deklarowały, że nie jedzą owoców i warzyw, bo wolą zjeść coś słodkiego, lub że zjedzenie owoców i warzyw zajmuje zbyt wiele czasu.

Program jest świetnie oceniany także przez rodziców. Ponadto otrzymał pozytywne oceny od dyrektorów szkół podstawowych, którzy nie tylko docenili jego wartość edukacyjną, lecz także – związaną z nim – poprawę wartości odżywczej posiłków spożywanych przez dzieci.

5 PORCJI OWOCÓW I WARZYW

Każde dziecko powinno jeść przynajmniej 5 porcji warzyw i owoców dziennie. 1 porcja to np.:

- 1 średni owoc – jabłko, brzoskwinia, banan
- 1 średnie warzywo – marchewka, papryka, kalarepa
- 1 szklanka truskawek, czereśni lub jagód
- 1 szklanka fasolki szparagowej lub pomidorków koktajlowych
- kilka różyczek brokułu lub kalafiora.

WAŻNE DATY!

Dostawcy owoców i warzyw zobowiązani są do zawarcia umów ze szkołami i dostarczenia kopii tych umów do Oddziałów Terenowych ARR do **10 września 2015 r.**

W roku szkolnym 2015/2016 dostawy owoców i warzyw do szkół mogą rozpocząć się już od **21 września**. Dzięki tej zmianie dzieci skorzystają z większej dostępności owoców i warzyw.

Szczegółowe warunki uczestnictwa w programie „Owoce i warzywa w szkole” w danym roku szkolnym, terminy oraz formularze dostępne są na stronie internetowej ARR: www.arr.gov.pl