



# Ας μειώσουμε τα σκουπίδια μας, ξεχειλίζουν

Δράση διερεύνησης και ευαισθητοποίησης ώστε να μειωθεί η σπατάλη τροφίμων

Είδος παιδαγωγικού έργου, δραστηριότητας, ενεργείας, συνεργασίας	Έργο για τη μείωση της σπατάλης τροφίμων
Λέξεις-κλειδιά / παιδαγωγικό περιεχόμενο	Διατροφικές συνήθειες/ανακύκλωση
Προβληματισμός	Πώς να μειωθεί η σπατάλη τροφίμων στο κυλικείο;
Θέμα	Σπατάλη τροφίμων
Μαθήματα (επιστήμες, γεωγραφία)	Γεωγραφία/ επιστήμες/ μαθηματικά/ αγωγή του πολίτη/ μητρική γλώσσα.
Παιδαγωγικοί στόχοι/Ανάπτυξη δεξιοτήτων	<p><b>Οι μαθητές θα καταφέρουν:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Να ευαισθητοποιηθούν οι νέοι για τις επιπτώσεις της κατανάλωσης μας.</li> <li>- Να προτείνουν τρόπους μείωσης της σπατάλης τροφίμων στα σχολεία.</li> <li>- Να μάθουν τους κανόνες της ισορροπημένης διατροφής σε ποσότητα και ποιότητα, ώστε να αποφεύγουν διατροφικές παθήσεις.</li> <li>- Να κάνουν μετρήσεις και να καταλαβαίνουν τα αποτελέσματα τους</li> <li>- Να ενημερώνουν για τα αποτελέσματα με διάφορους τρόπους (γραφήματα, πίνακα, κείμενο, σλόγκαν, αφίσα, βίντεο), επιδεικνύοντας δημιουργικότητα αλλά και πειθώ.</li> <li>- Να ευαισθητοποιήσουν άλλους για τη σπατάλη τροφίμων και να αναλάβουν την ευθύνη των καταναλωτικών επιλογών τους.</li> <li>- Να εργαστούν σε ομάδα.</li> <li>- Να κατανοήσουν τη σύνδεση της δράσης τους υπέρ της μείωσης της σπατάλης τροφίμων με την κλιματική αλλαγή.</li> </ul>





<p><b>Ομάδα-αποδέκτης (ηλικία, απαιτούμενες δεξιότητες...)</b></p>	<p>11-15 ετών:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Οι μαθητές που έφαγαν στο κυλικείο του σχολείου</li> <li>- Οι μαθητές που είναι 11 ετών να δουν την πορεία των τροφίμων που σπαταλιούνται ώστε να συμμετάσχουν στο έργο</li> <li>- Οι εθελοντές-μαθητές και ενήλικοι του σχολείου να υλοποιήσουν το έργο (σχολικό κυλικείο, δημόσια καντίνα)</li> </ul>
<p><b>Βήμα προς βήμα περιγραφή</b></p>	<p>Ο/Η δάσκαλος/α στοχεύει σε μια ομάδα μαθητών: είτε μια τάξη είτε μαθητές που προσφέρονται εθελοντικά είτε εθελοντές μαθητές από πολλές τάξεις, για να υλοποιηθεί το έργο.</p> <p><b>1ο βήμα) Ο ενήλικος συγκεντρώνει διάφορες εικόνες</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>στην κουζίνα:</b> μενού, παραγγελία, στοκ, μαγείρεμα, διαχείριση τροφίμων που μένουν</li> <li>- <b>κατά το σερβίρισμα:</b> μερίδες που δεν είναι χορταίνουν την πείνα</li> <li>- <b>μετά την ώρα του γεύματος:</b> αποφάγια αφημένα στα πιάτα</li> </ul> <p><b>2ο βήμα) Μετά από αυτές τις εικόνες, ο ενήλικος βοηθάει την ομάδα να συνειδητοποιήσει την τρέχουσα πραγματικότητα</b> στην κουζίνα, κατά το σερβίρισμα, και στο τέλος του σερβιρίσματος, χάρη σε ένα τραπέζι διαλογής των τροφίμων. Αυτή η παρατήρηση θα πρέπει να δημιουργήσει ερωτήματα στους μαθητές για το πόσα είναι τα τρόφιμα που σπαταλιούνται και τι ενέργειες μπορούν να υιοθετηθούν για να περιορίσουν αυτό το φαινόμενο; Μερικά παραδείγματα: οι μαθητές πρέπει να αναγνωρίσουν τον ρόλο κάθε ενήλικου κατά το μαγείρεμα του γεύματος: Ποιος ελέγχει το φαγητό; Ποιος μαγειρεύει; Ποιος σερβίρει; Ποιος αποφασίζει τι; Ποιος φτιάχνει τα μενού; Η αναγνώριση του ρόλου του καθενός θα επιτρέψει στην ομάδα να ανταλλάξει ιδέες για τις δράσεις που πρέπει να γίνουν.</p> <p>Οι μαθητές μπορούν να φτιάξουν ένα διάγραμμα που να επιτρέπει την ποσοτικοποίηση σε μια δεύτερη επίσκεψη στην κουζίνα (ποσότητα προϊόντων που αγοράστηκαν, ποσότητα μαγειρεμένου βάρους, αριθμός κιλών που σερβιρίστηκαν, μετά καταναλώθηκαν ή πετάχτηκαν. Υπάρχουν διάφοροι τρόποι να καθοριστεί η ποιότητα, αλλά ο πιο ακριβής είναι με το ζύγισμα. Ωστόσο, το γεγονός ότι αναγνωρίζονται οι βασικές πηγές της σπατάλης είναι ήδη πολύ θετικό. Αυτή η παρατήρηση μπορεί να γίνεται για μια ολόκληρη εβδομάδα ή σε ένα γεύμα κάθε εβδομάδα πριν από τις διακοπές.</p> <p><b>3ο βήμα) Με βάση τα αριθμητικά δεδομένα</b> οι μαθητές βρήκαν τις βασικές πηγές σπατάλης και μπορούν να εντοπίσουν τις αιτίες της</p>





σπατάλης σε συνεργασία με το προσωπικό που εργάζεται για την παροχή των γευμάτων: Αυτό το μενού είναι σωστό; Οι μαθητές συμμετέχουν στη δημιουργία των μενού; Υπάρχουν σημαντικές διαφορές μεταξύ των καταγεγραμμένων χρηστών και των περαστικών; Υπάρχουν μερίδες που προσαρμόζονται σε διαφορετικές ορέξεις; Το περιβάλλον σε εμπνέει να φας; Οι μαθητές λαμβάνουν βοήθεια για τις επιλογές τους πριν και κατά τη διάρκεια του γεύματος; Ποια είναι τα προϊόντα που έχουν πρωτίστως να κάνουν με τη σπατάλη τροφίμων: ψωμί, κρέας, λαχανικά, άμυλα;

**4ο βήμα) Μόλις αναγνωριστούν οι βασικές αιτίες από την ομάδα** των μαθητών, όλοι οι ενήλικοι που συμμετέχουν στη σίτιση μπορούν να δουλέψουν πάνω στις αιτίες της σπατάλης, προτείνοντας δράσεις που μπορεί να εφαρμόσει ο καθένας (διευθυντής, μάγειρας, υπάλληλοι σερβιρίσματος και παρακολούθησης, μαθητές, δάσκαλοι,...)

Ορισμένα παραδείγματα:

- Φτιάξτε μια ωραία αφίσα με το μενού που να δείχνει πότε είναι σπιτικό το φαγητό, πότε παράγεται τοπικά, πότε είναι βιολογικό...
- Αγοράστε λιγότερα προϊόντα, αν καταλάβετε ότι οι μαθητές δεν τρώνε πολύ
- Προσαρμόστε τον αριθμό των μαγειρεμένων προϊόντων, ανάλογα με τα προϊόντα που σπαταλήθηκαν σε προηγούμενα μενού
- Προσθέστε πιάτα με σνακ και πιάτα για πολύ πεινασμένους μαθητές
- Τοποθετήστε έναν κάδο για το ψωμί που μένει, έτσι ώστε οι μαθητές να συνειδητοποιούν τη σπατάλη
- Κάντε επίσκεψη σε αγρόκτημα για να καταλάβετε τη δουλειά και την κατανάλωση νερού που απαιτείται για την παραγωγή 1 κιλού λαχανικών, ιδίως αν θεωρείτε ότι πιθανόν να καταλήξουν στα σκουπίδια...

**5ο βήμα)** Μεταξύ των δράσεων που έχουν αποφασιστεί, οι μαθητές πρέπει να καθορίσουν ποιες μπορούν να εφαρμοστούν γρήγορα και ποιες θα είναι αποτελεσματικές αρχικά. Φτιάξτε ένα πρόγραμμα για το σχολικό έτος και





	«μετρήστε» την αποτελεσματικότητα των δράσεων, ζυγίζοντας ή αξιολογώντας τη σπατάλη κάθε 2 μήνες.
<b>Χώρος (αίθουσα συναντήσεων, εξωτερικοί χώροι, κ.λπ.)</b>	Εστιατόριο σχολείου. Εσωτερικοί χώροι και επίσκεψη σε αγρόκτημα
<b>Ατομικές ή/και συλλογικές δράσεις</b>	Συλλογική δράση
<b>Απαιτούμενα υλικά</b>	Υπολογιστής. Μία ζυγαριά. Εργαλείο για την ευαισθητοποίηση των μαθητών.
<b>Χρονική διάρκεια παιδαγωγικού έργου ή δράσεων</b>	<b>6-8 μήνες</b> Το έργο μπορεί να διαρκέσει όλη τη σχολική χρονιά, και μετά να γίνεται επανάληψη ανά τρίμηνο. Το κομμάτι για την ευαισθητοποίηση των μαθητών: διάρκεια λίγων μηνών ή όλης της σχολικής χρονιάς.
<b>Αξιολόγηση των αποκτηθέντων δεξιοτήτων</b>	Μείωση της σπατάλης Αποτέλεσμα του ερωτηματολογίου για την αλλαγή συνηθειών
<b>Διαμόρφωση Οικο-Πολίτη, διεύρυνση γνώσης και σύνδεσμοι με σχετικά θέματα</b>	<b>Σύνδεσμος προς:</b> <b>Δραστηριότητα:</b> <b>- «Αντιδράσεις του οικοσυστήματος στην κλιματική αλλαγή»</b> <b>Έργο:</b> <b>«Έργο για την αλλαγή των συνηθειών μας σε σχέση με τη δημιουργία σκουπιδιών»</b>
<b>Παρατηρήσεις</b>	Το ADEME, το UNCPIE έχουν φτιάξει ορισμένα εργαλεία για να βοηθήσουν στην υλοποίηση αυτού του είδους έργων

