

# **A WHOLE SCHOOL FOOD APPROACH**

**Juhised koolidele ja linnadele/  
piirkondadele**

Rikolto Belgium



# SISUKORD

Kogu kooli toitumine	
Juhised koolidele ja linnadele/piirkondadele	4
<b>1. osa: Kogu kooli toidukultuuri lähenemisviisi raamistik</b>	<b>7</b>
<b>1.1 A sammas: juhtimine ja põhimõtted</b>	<b>8</b>
1.1.1 Töörühm	8
1.1.2 Planeerimine, hindamine ja õppimine	8
1.1.3 Suhtlemine	8
1.1.4 Õpilaste osalemine	9
<b>1.2 B sammas: Toit ja jätkusuutlikkus</b>	<b>9</b>
1.2.1 Atraktiivne söökla	9
1.2.2 Jätkusuutlik toiduhange	10
1.2.3 Tervislikud suupisted	10
1.2.4 Toiduohutus	10
1.2.5 Toidujäätmed	10
<b>1.3 C sammas: haridus ja õppimine</b>	<b>11</b>
1.3.1 Toit õppekavas	11
1.3.2 Personali koolitus	11
1.3.3 Praktiline õppimine	11
<b>1.4 D-sammas: kogukond ja partnerlus</b>	<b>12</b>
1.4.1 Lapsevanemate kaasamine	12
1.4.2 Koostöö kohalike tegijate ja kogukondadega	12
<b>2. osa : Kogu kooli toidukultuuri lähenemise rakendamine</b>	<b>13</b>
<b>2.1 Sidusrühmade rollid</b>	<b>13</b>
2.1.1 Kooli direktorid ja tervisenõukogud	13
2.1.2 Õpetajad ja töötajad	14
2.1.3 Koolitoitlustajad ja söökla kokad	14
2.1.4 Õpilased	15
2.1.5 Lapsevanemad, pered ja hoolekogu	15
2.1.6 (Kohalik) kogukond	15
<b>2.2 Kogu kooli toidukultuuri põhimõtete väljatöötamine</b>	<b>16</b>
<b>2.3 Kogu kooli toidukultuuri edendamise samm-sammuline plaan</b>	<b>18</b>

<b>3 osa : Kohalike ja piirkondlike omavalitsuste roll</b> . . . . .	<b>20</b>
<b>3.1 A samm:</b> juhtimine ja põhimõtted . . . . .	<b>21</b>
<b>3.2 B samm:</b> Toit ja jätkusuutlikkus . . . . .	<b>22</b>
<b>3.3 C samm:</b> haridus ja õppimine . . . . .	<b>22</b>
<b>3.4 D-samm:</b> kogukond ja partnerlus . . . . .	<b>23</b>
<b>4. osa: WSFA kolm taset</b> . . . . .	<b>24</b>



# Kogu kooli toitumine

## Juhised koolidele ja linnadele/piirkondadele

### SISU

Toit, mida kooliealised lapsed ja noorukid söövad, mõjutab nii nende tervist kui ka keskkonda. Ebatervislik toitumine mõjutab negatiivselt õpilaste heaolu ja keskendumisvõimet. Maailma Terviseorganisatsiooni andmetel on Euroopas umbes 20% kooliealistest lastest ülekaalulised või rasvunud, kusjuures paljudes riikides on nende arv tõusmas. Madala sissetulekuga või ebasoodsas olukorras olevatest leibkondadest pärit lapsed söövad tõenäolisemalt ebatervislikku toitu, mis omakorda suurendab ebavõrdsust. Euroopa Liidus (EL) elab 33 miljonit inimest, kes saavad endale korralikku einet lubada vaid kord kahe päeva jooksul – see arv võib veelgi suurenedada, kui toiduainete hinnad jätkuvalt tõusevad. Noorte tervislikku ja säästvasse toitumisse investeerimine võimaldab märkimisväärselt kokku hoida tulevasi rahvatervise kulutusi ning aitab kaasa noorte isiklikule ja sotsiaalsele heaolule. See kajastaks ka ELi lapse õiguste strateegia eesmärke, mille raames võttis Euroopa Komisjon endale kohustuse vaadata läbi nii ELi kooliprogrammi õiguslik raamistik (suurema tähelepanu pööramine tervislikule ja jätkusuutlikule toidule) kui ka Euroopa lastegarantii, mille raames koostavad ELi liikmesriigid riiklikud rakenduskavad, et tagada abivajavatele lastele juurdepääs tervislikule toidule ja vähemalt ühele tervislikule söögikorrale koolipäevas.

Säästev toidu tootmine ja tarbimine on olulised eeldused keskkonna- ja kliimaeesmärkide saavutamisel, mis on välja toodud ka Euroopa rohelises kokkuleppes, strateegias “Talust Taldrikule” ja ELi Bioloogilise Mitmekesisuse Strateegias aastani 2030. Euroopa Komisjoni peamiste teadusnõunike rühma hinnangul avaldab toiduainete tootmine keskkonnale sügavat mõju. Toidu tootmine tarbib suures koguses loodusressursse nagu vesi ja energia ning aitab kaasa kliimamuutustele: 21–37% kasvuhoonegaaside heitkogustest on põhjustatud toidu tootmisest. Toidu tootmisega kaasneb ka bioloogilise mitmekesisuse vähenemine – see on murettekitav trend, sest bioloogiline mitmekesisus on tervisliku toitumise aluseks, parandab maapiirkondade elatist ja põllumajanduse tootlikkust ning on meie toidusüsteemi ja toiduga kindlustatuse põhiaspekt.

Euroopa Komisjon edendab säästvat toidutarbimist ning üleminekut tervislikule ja säästvale toitumisele. Talust Taldrikule strateegia on ÜRO säästva arengu eesmärkide saavutamisel kesksel kohal ning rõhutab eriti linnade, piirkondade ja ametiasutuste rolli säästva toidu hankimisel koolidele. Projekti SchoolFood4Change, mida toetab Horisont 2020 programm, eesmärk on hõlbustada ulatuslikku üleminekut säästvale ja tervislikule toitumisele, mõjutades otseselt enam kui 3000 kooli ja 600 000 õpilast 12 ELi riigis.

Sellele muutusele aitab kaasa käesolevas dokumendis esitatud kogu kooli toidukultuuri lähenemisviis (WSFA), mis põhineb erinevate algatuste varasematel töödel, nagu Ühendkuningriigi algatus Food for Life, õiglase kaubanduse koolide ja ülikoolide kampaaniad, aeglase toidu liikumised, WWF, kampaania Rikolto Good Food @ School ning WSFA haridusprogramm Tšehhi Vabariigis ja Slovakkias. WSFA on meetod tervisliku ja jätkusuutliku toidukultuuri saavutamiseks koolides. See aitab kaasa kogu kogukonda hõlmavatele süsteemsetele muutustele ning mõjutab positiivselt haridust, koolidemokraatiat, jätkusuutlikkust, ebavõrdsust, kogukondi ja tervist. WSFA muudab ühiskonnad territoriaalselt, sotsiaalselt ja keskkondlikult vastupidavamaks.



## SELLE DOKUMENDI ÜLESEHITUS

See dokument annab juhised, mida koolid ning kohalikud omavalitsused saavad kasutada WSFA erinevate komponentide mõistmiseks ning selgitamiseks. Käesolev dokument on raamistik, mida tuleks kasutada koos selle rakendamise tööriistadega.

- **1. osa: Kogu kooli toidukultuuri lähenemisviisi raamistik:** WSFA muudatused ja tegevused koolides, et edendada tervist ja heaolu, säästvat arengut toetavat haridust, jätkusuutlikkust ja võrdsust.
- **2. osa: kogu kooli toidukultuuri lähenemisviisi rakendamine:** WSFA rakendamiseks koolis peavad kõik koolis ja selle ümbruses tegutsejad olema kaasatud ja võtma vastutuse. Dokumendi 2. osa illustreerib, kuidas seda saavutada, selgitab kogu kooli toiduga seotud põhimõtete väljatöötamist ja annab samm-sammult juhendi, kuidas seda teha.
- **3. osa: Kohalike ja piirkondlike omavalitsuste roll:** riigid ja kohalikud omavalitsused saavad toetada WSFA rakendamist koolides juhendamise kaudu ning hõlbustades ühisprojekte ja partnerlussuhteid teiste kohalike osalejatega.
- **4. osa: WSFA kolm taset:** WSFA saab rakendada kolmel tasemel (pronks, hõbe ja kuld). Koolid, kus tehakse koolitoidu ja toiduhariduse vallas suurepäraseid töid, saavad edasi liikuda järgmisele tasemele ja näidata oma saavutusi ka laiemalt koolide vahelises kogukonnas.



# 1. osa: Kogu kooli toidukultuuri lähenemisviisi raamistik

## WSFA KOHTA

“Kogu kooli toidukultuuri lähenemine” (WSFA, inglise keeles Whole School Food Approach) on meetod tervisliku ja jätkusuutliku toidukultuuri arendamiseks koolides ja nende ümbruses. See on tõenduspõhine sekkumine, mis aitab kaasa kogu kogukonda hõlmavatele süsteemsetele muutustele ning mõjutab positiivselt haridust, jätkusuutlikkust, ebavõrdsust, kogukondi ja tervist. WSFA näeb koole – eelkoolidest keskkoolideni – säästva toidusüsteemi muutumise katalüsaatoritena. Meetod ühendab toitu ja haridust: see käsitleb koolitoidu koostist ja koolisööklate toimimist, hõlmab praktilist õpetamist, õppimistegevust ning õpilaste ja õpetajate aktiivset osalemist ning kaasab koolikogukonda laiemalt (sh lapsevanemad, talupidajad, ettevõtted ja kodanikuühiskond).

## NELI SAMMAST

WSFA koosneb neljast üksteist tugevdavast sambast: (A) juhtimine ja põhimõtted, (B) toit ja jätkusuutlikkus, (C) haridus ja õppimine ning (D) kogukond ja partnerlus. WSFA edukaks rakendamiseks peaks kool töötama kõigi nelja sambaga, kuna need kõik on lähenemisviisi olulised elemendid. Sambad sisaldavad erinevaid ehitusplokke, mis aitavad koolil WSFAd ellu viia. Allpool on esitatud rakendamise ideaalne stsenaarium.



## 1.1 A SAMMAS: JUHTIMINE JA PÕHIMÕTTED

Samba eesmärk on veenda kõiki sidusrühmi – koolitöötajaid, õpilasi, lapsevanemaid ja kooli kogukonda laiemalt – WSFA tegevustes osalema ja muutma toidust koolielu lahutamatu osa. See käsitleb kooli lähenemist tervislikule ja jätkusuutlikule toidule kavade, põhimõtete, tegevuste, väärtuste ja hariduse kaudu. Koolid saavad oma mõju suurendada läbi laiaulatusliku visiooni ja strateegia.

Õpilastele juhtrolli andmine ning nende osalemine toiduotsuste tegemisel

ja toiduga seotud õppesisus ei ole mitte ainult hariv, vaid aitab muuta tervisliku ja säästva toidu kõigi jaoks lihtsaks ja loomulikuks valikuks.

See samm tagab, et kooli juhtkond toetab WSFAd ning on seda tunnustanud kooli visioonis, missioonis, väärtustes, põhimõtetes, arengukavas ja õppekavas, nii et see läbib kogu koolikogemust.



### 1.1.1 TÖÖRÜHM

Koolitoidu töörühma moodustamine on üks esimesi samme, mida koolid peaksid tegema. Töörühm on liikumapanev jõud, mis paneb WSFA protsessi käima ja hoiab hoogu. Rühm ühendab õpetajaid, söökla töötajaid, õpilasi ja koolijuhte. Osaleda võivad ka vanemad või teised huvirühmad, kes soovivad kooliga toiduteemadel suhelda.

### 1.1.2 PLANEERIMINE, HINDAMINE JA ÕPPIMINE

Koolitoidu töörühm vaatab üle, mida kool praegu toidu ja toiduhariduse vallas teeb, ning käivitab WSFA protsessi, kaasates kõik asjaomased sidusrühmad. Sellest tulenev tegevuskava juhivad WSFA rakendamist. Kõiki plaane tuleks igal aastal järgida ja tulemusi hinnata ning seeläbi võivad soovitused ja saadud õppetunnid olla järgmise aasta plaanide aluseks.

### 1.1.3 SUHTLEMINE

WSFA edu sõltub suuresti kasutusele võetud meetmete läbipaistvusest. Suhtlemine peab tekitama entusiasmi, looma tuge ja tooma pardale täiendavaid inimesi, kes soovivad WSFAd arendada. Koolid saavad toetuda oma olemasolevatele suhtluskanalitele ja teha koostööd kohaliku meediaga.



## 1.1.4 ÕPILASTE OSALEMINE

WSFA on kõige mõjukam, kui kaasatud lapsed ja noorukid tõesti hoolivad toidust. Õpilaste loovuse ja positiivse energia poole pöördumine kasvatab vastutustunnet ja omavastutust ning muudab projekti palju tõhusamaks, kui ainult õpetajate või koolijuhtide vedamisel. Õpilaste kaasamine koolitoiduga seotud otsustesse sillutab teed toitumisharjumuste jätkusuutlikule muutmisele. See suurendab ka õpilaste enesekindlust ja juhtimisoskusi, tehes neist muutuste tegijad ja teadlikud tarbijad. Õpilastele tuleks anda ka volitused kaasata laiemat kogukonda väljaspool kooliväravaid.

## 1.2 B SAMMAS: TOIT JA JÄTKUSUUTLIKKUS

Koolitoit ei ole lihtsalt äritegevus, söögivahetund või nälja peletamise viis: see on osa kooli haridusmissioonist. Tervisliku ja jätkusuutliku koolitoidu serveerimine on suurepärase alus, mille põhjalt töötada laiemate eesmärkide nimel (nagu positiivse toidukultuuri edendamine koolis). Samuti on see hea võimalus tutvustada õpilastele erinevaid toite ja tekitada nendes entusiasmi.



Teine samm on seotud kooli söökla muutmisega õppekeskkonnaks. Kui koolitoit vastab kõrgetele toidustandarditele, saab kool õpilastele, vanematele ja laiemale kogukonnale näidata, et kool pakub säästvalt toodetud ja toekat toitu. Koolid peaksid muutma tervisliku ja säästva toitumise normiks ning koolitöötajad seaksid selleks head eeskju.

### 1.2.1 ATRAKTIIVNE SÖÖKLA

Atraktiivne koolisöökla äratab õpilastes huvi ja edendab õpihimu. Õpilaste valikuid mõjutab see, kuidas koolisöökla välja näeb, kas see on meeldiv keskkond, kuidas toit on paigutatud ja milline teave sellega kaasneb. Õpilaste mõjuvõimu suurendamine ja nende kaasamine oma kooli söökla kujundamisse aitab kaasa tervislikele ja jätkusuutlikele toiduvalikutele.

## 1.2.2 JÄTKUSUUTLIK TOIDUHANGE

Toiduhange on protsess, mille käigus riigiasutused ostavad toitu ja toitlustusteenuseid. Toiduhangetel on suur mõju sellele, mida ja kuidas õpilased söövad ja joovad. Kui hankelepingud sisaldavad jätkusuutlikkuse kriteeriume (nt mahetooted, Fairtrade või hooajalisus), tarbitakse koolides toitvamaid, tasakaalustatumaid ja säästvamaid toite ja jooke.

## 1.2.3 TERVISLIKUD SUUPISTED

Koolipäeva jooksul on palju võimalusi söömiseks ja näksimiseks. Söögivahetunni ajal söövad lapsed lõunat koolisöökklas. Lisaks võivad õpilased vahetundide ajal minna puhvetisse või osta müügiautomaatidest ning eristel puhkudel (nt sünnipäevadel või ekskursioonidel) võivad kodust toitu kaasa võtta. Tervisliku hommiku-, vahepala- ja lõunasöögi soodustamine on kooli ja õpilaste lapsevanemate ülesanne, et muuta kooli võimalikult tervislikuks keskkonnaks. Samuti peaksid koolid alati tagama tasuta joogivee kättesaadavuse.

## 1.2.4 TOIDUOHUTUS

Tervislik eine on laste koolipäevas ülioluline. Õppimine, mängimine ja keskendumine on tühja kõhuga võimatu. Toidu kättesaadavuse tagamine kõigile lastele, eriti sotsiaalselt haavatavatele lastele, on väga oluline. Kõik pakutavad toidud peaksid olema kulinaarselt mitmekesised ja austama mitmesuguseid toitumisvajadusi.

## 1.2.5 TOIDUJÄÄTMED

Toidu raiskamise vähendamine toidukordade planeerimise kaudu säästab toitu, säästab raha ning vähendab toidu tootmise ja tarbimise keskkonnamõju. Koolid peaksid tegema koostööd tarnijate, köögipersonali, lapsevanemate ja õpilastega, et vältida, vähendada ja hallata toidujäätmeid.



## 1.3 C SAMMAS: HARIDUS JA ÕPPIMINE

Õpetades lapsi süüa tegema ja mõistma, kust nende toit pärineb ja milline on selle mõju keskkonnale, annab neile oskused ja teadmised, et teha nii praegu kui ka tulevikus mõistlikke otsuseid enda ja kogu planeedi heaolu osas. Õppides tervislikust toitumisest, loomade heaolust ning säästvast ja eetilise toidust aitab lastel teha teadlikke toiduvalikuid ning aitab neil mõista ka laiemat arutelu ühiskonnas toidu ja tervise teemadel. Toidu ja toidusüsteemi haridus puudutab säästva arengu kõiki kolme mõõdet: ökoloogilist, sotsiaalset ja majanduslikku.



### 1.3.1 TOIT ÕPPEKAVAS

Teemana peaks toit olema osa kooli õppekavast, mis on kohandatud õpilaste erinevas vanuses ja arenguetapis. Toidu teemat saab integreerida paljude õppeainetega ja seda tuleks eelistatavalt käsitleda multidistsiplinaarselt, mitme õpetajaga koostööd tehes ning ka kooliväliste ürituste ajal.

### 1.3.2 PERSONALI KOOLITUS

Toidu integreerimiseks võimalikult paljudes ainetes ja WSFA rakendamiseks koolis peaksid töötajad – nii õpetajad kui ka söökla töötajad – saama õige koolituse ja teabe. Teemaspetsiifilised töötoad ja sihtotstarbelised haridusressursid võivad toetada õpetajaid, töötajaid ja isegi pedagooge või vanemaid, kes ei kuulu tingimata kooli personali. Kooli söögisaalidest ja klassiruumidest võivad saada õppekeskkonnad, kus õpetajad, söökla töötajad ja teised koolitöötajad teevad koostööd.

### 1.3.3 PRAKTILINE ÕPPIMINE

Teoreetilist õpet raamatute ja kursuste kaudu peaks täiendama praktiline õpe: talude külastused, koostöö kohalike toiduettevõtetega, põllukultuuride kasvatamine koolis, ühine toiduvalmistamine jne. Praktiline õppimine suurendab õpilaste arusaamist toidusüsteemist, õpetab neile uusi oskusi ja muudab tervisliku ja säästva toidu nende elu oluliseks osaks. Praktilised projektid võivad olla õppekavade- või klassiülesed ja võivad kaasata kõiki koolikeskkonnas tegutsejaid.

## 1.4 D-SAMMAS: KOGUKOND JA PARTNERLUS

Viimane samm keskendub koolitoiduga seotud erinevate huvirühmade koostööle. WSFA on mõjusam kui paljud osapooled töötavad koos, sealhulgas vanemad, toidupoed, talud, kohalikud ühendused. WSFA keskmes on põhimõte, et tervislik ja jätkusuutlik toit peaks olema lihtsaim valik igaühe jaoks, olenemata sellest, kes ta on või kus ta asub. See lähenemisviis ei seisne ainult õigete toiduvalikute tegemises: see on hea toidu ja toidu rolli tähistamine olulistel sündmustel paljudes erinevates kultuurides.



### 1.4.1 LAPSEVANEMATE KAASAMINE

Õpilaste vanemate ja perede kaasamine WSFAsse tagab, et toit saab jututeemaks ka kodus. Avatud, vastutulelik toidukultuur koolis võib peresid teemaga kurssi viia ning julgustada neid aktiivselt edendama säästvat ja tervislikku toitu kodus, näiteks kooli kaasavõetava toidu valmistamisel. Mõned lapsevanemad võivad isegi pakkuda koolis abi.

### 1.4.2 KOOSTÖÖ KOHALIKE TEGIJATE JA KOGUKONDADEGA

Koolid ei tööta vaakumis. Säästev ja tervislik toit on paljude partnerite, sealhulgas kohalike ühenduste, kogukondade ja ettevõtete jagatud vastutus.

- Kohalik pood võib reklaamida pigem tervislikku ja jätkusuutlikku toitu kui ebatervislikke suupis- teid;
- Kool saab osta tooteid kohalikust talust, kus õpilased õpivad talu tegevust tundma / osalevad selles;
- Kool võib võtta üle kohaliku toidutöötaja ülejäägid, mis õpetab õpilastele toidutööstusettevõtte toimimist;
- Kool saab korraldada vahetusüritusi kohaliku pagulaskeskusega, mis tutvustab õpilastele erine- vaid kulinaarseid traditsioone;
- Kool saab teha koostööd kohaliku ühendusega, mis on pühendunud õiglase kaubanduse põhimõtetele, et õpetada toidu mõjudest ka arengumaades.

## 2. osa : Kogu kooli toidukultuuri lähenemise rakendamine

WSFA elluviimiseks peavad koolis ja selle ümbruses kaasatud olema kõik osapooled, alates kooli juhtkonnast ja nõukogudest kuni õpetajate ja õpilasteni, samuti koolitoitlustusteenuste ja söökla kokkadeni, õpilaste perekonnad ja kogukond, kus kool asub.

### 2.1 SIDUSRÜHMADE ROLLID

Allpool on loetletud, mida erinevad sidusrühmad saavad WSFA toetamiseks teha.

#### 2.1.1 KOOLI DIREKTORID JA TERVISENÕUKOGUD

- pakkuma juhtimist ja tuge tervisliku ja jätkusuutliku toidupoliitika elluviimiseks kooli kõigis tegevusvaldkondades (nt põhimõtete loomine, toitlustus, klassiruumis toimuvad tegevused, raha kogumine, projektid, eriüritused ja spordipäevad).
- integreerida seotud strateegiad kooliplaanidesse tervise ja heaolu parandamiseks
- tagada vajalik füüsiline keskkond, sealhulgas tervislikku toitumist toetavad ruumid ja seadmed
- teavitama ja julgustama kogu kooli osalema tervislikku toitumist propageerivate kooliplaanide, põhimõtete, tegevuste ja sündmuste väljatöötamises, elluviimises ja hindamises
- edendada tervislikku toitumist kui normi ja olla eeskujuks
- soodustama kõikide perede võrdset juurdepääsu kooli toidukultuurile ja selles osalemisele, olenemata sotsiaalsest või kultuurilisest taustast
- tagada, et õpetajad suudaksid planeerida ja töötada interdistsiplinaarselt ning teha koostööd kohaliku kogukonnaga (ajakava koostamine, ühiste koosolekute aeg jne).
- tagada, et õpetajad ja söökla töötajad saaksid koolitatud ja võimaldada nendevahelist koostööd.

## 2.1.2 ÕPETAJAD JA TÖÖTAJAD

- Tervisliku toitumise ja toiduõpetuse kaasamine õppekavasse, erinevates õppevaldkondades ja -tasanditel
- pakkuda õpilastele võimalusi arendada ja rakendada teadmisi ja oskusi, mis edendavad tervislikku toitumist (nt toidukasvatamine, eelarvekoostamine, ostlemine, toiduvalmistamine ja erinevate toitumise proovimine)
- võtta juhtroll tervise ja tervisliku toitumise edendamisel koolis
- edendada tervislikku toitumist kui normi ja olla eeskujuks
- kujundada positiivseid tulevikuvisioni ja toetada õpilaste aktiivset osalemist probleemide lahendamisel
- teha koostööd söökla töötajate või lõuna ajal kohalviibijatega
- kaasata õpilasi tundide planeerimisse
- avada klassiruum ja seada esikohale vahetu suhtlus ümbritseva kogukonnaga

## 2.1.3 KOOLITOITLUSTAJAD JA SÖÖKLA KOKAD

- pakkuda toitu ja jooke, mis vastavad SchoolFood4Change kriteeriumidele
- tagama, et tervislikud ja jätkusuutlikud toidud ja joogid on alati saadaval
- serveerida uusi ja kultuuriliselt mitmekesiseid toite ja jooke ning seejärel koguda tagasisidet kooli kogukonnalt
- serveerida toitvaid toite ja jooke atraktiivsel ja isuärataval viisil (nt roogade nimetused)
- reklaamida menüüd plakatite, teadete tahvlite, teadaannete, uudiskirja ja kooli kodulehe kaudu
- töötada koos õpetajate ja lapsevanematega, kes abistavad lõuna ajal

## 2.1.4 ÕPILASED

- osaleda aktiivselt kooli toitlustustegevustes nii klassiruumis kui ka väljaspool seda
- olla eeskujuks tervisliku ja säästva toitumise ja hoiakute kujundamisel
- osalema kodus tervisliku ja säästva toitumise tagamises (nt aidates poes käia ja süüa teha)

## 2.1.5 LAPSEVANEMAD, PERED JA HOOLEKOGU

- olla eeskujuks tervisliku ja säästva toitumise ja hoiakute kujundamisel
- kaasama lapsi tervisliku toitumisega seonduvatesse tegevustesse kodus (nt eelarve koostamine, ostlemine, toidu valmistamine)
- pakkuda tervislikku ja jätkusuutlikku toitu ja jooke ka kodus
- abistada kooli tervisliku ja säästva toiduga seotud algatuste kavandamisel,
- elluviimisel ja hindamisel

## 2.1.6 (KOHALIK) KOGUKOND

- ettevõtted toetavad kooli tervisliku ja säästva toitumisega seotud tegevusi, nagu korjandused, pakkudes seadmeid, inimressursse ja auhindu (nt mittetoidukaubad, sooduskupongid ja teenused)
- ettevõtted teevad õpilastega koostööd, paluvad neil avaldada arvamust ja pakuvad tuge.
- Tervishoiutöötajad, teenustepakkujad ja organisatsioonid tugevdavad kooli suutlikkust edendada tervislikku ja säästvat toitumist (nt pakkudes tervisealast teavet, nõu ja tuge)
- kohalikud talupidajad, toidutootjad ja jaemüüjad toetavad kooli tervisliku ja säästva toitumise sõnumeid (nt koolikülastuse või ekskursiooni kaudu kohalikule turule või tallu)
- kohalikud või (rahvusvahelised) õiglase kaubanduse ühendused aitavad tõsta õpilaste teadlikkust globaalse põhja- ja lõunaosa toiduahela vastastikusest sõltuvusest, korraldades nt veebiseminare kakao-, kohvi- või banaanikasvatajatega.
- kohalikud omavalitsused saavad WSFA-d toetada mitmel tasandil – vt selle dokumendi 3. osa.

## 2.2 KOGU KOOLI TOIDUKULTUURI PÕHIMÕTETE VÄLJATÖÖTAMINE

Kooli kestliku toidu põhimõtted on arenev dokument kõigile kooliga suhtlevatele sidusrühmadele. See väljendab ühist nägemust toidu rollist koolis (sealhulgas toiduga varustamine ja toidukasvatus). See näitab avalikult, et kool hoolib ja aitab kaasa õpilaste, töötajate ja teiste sidusrühmade jätkusuutlikkusele, tervisele ja heaolule.



### WSF-I PÕHIMÕTETE KOOSTAMINE:

- sätestab koordineeritud lähenemisviisi toidu ja jookide pakkumisele, et kajastada WSFA eesmärki muuta hea toit kõigile lihtsaks valikuks
- edastab kogu kooli toidukultuuri lähenemisviisi õpilastele, töötajatele, lapsevanematele ja laiemale koolikogukonnale
- parandab heaolu
- tagab kõigile võrdse juurdepääsu ja osaluse
- tagab, et õppekava ja söögi-joogi tagamine koolis oleksid omavahel kooskõlas
- loob tõhusad partnerlussuhted, et töötada ühise eesmärgi nimel
- tagab suurema jätkusuutlikkuse läbi planeeritud tegevuste, ressursside ja koolituste.
- Põhimõtted koondavad kõik toidu ja jookide ning hariduse aspektid selgel, sidusal ja järjepideval viisil. Need aspektid hõlmavad järgmist:
  - ametlik õppekava, nt õppeained, seadmed ja ressursid, koostisosade pakkumine ja personali arendamine
  - säästva arengu haridus kui lähenemine toiduharidusele. See tähendab, et koolil on toidule terviklik lähenemine, mis põhineb säästva arengu ökoloogilistel, sotsiaalsetel ja majanduslikel aspektidel
  - praktilised koolisisesed ja -välised tegevused, nt kokandus ja aiandus
  - toidu ja jookide pakkumine koolis, nt hommikusöögiklubid, pood, koolilõuna, joogivee kättesaadavus



- toidu ja jookide tarbimine koolis, nt söögikoha keskkond, serveerimisviis, aeg, olukorrad, mil õpilased kodust kooli toitu toovad (sealhulgas teave lapsevanematele) ja kaubanduslikud toidupakkujad
- toidu ja joogi edendamine, sealhulgas reklaam ja sponsorlus
- väljasõidud ja üritused, nt koolifestivalid
- hingehoid ja hoolekanne, nt käitumine, tasuta koolilõuna



## 2.3 KOGU KOOLI TOIDUKULTUURI EDENDAMISE SAMM-SAMMULINE PLAAN

Kogu kooli toidukultuuri põhimõtted sõnastatakse arutelude käigus kõigi sidusrühmadega: õpilased, õpetajad, kokad, koolijuhid, lapsevanemad ning kogukonna partnerid. Koos vaadatakse üle toitute ja jookide roll ja profiil koolis – tavaliselt koolinõukogu või koolitoidu töörühma kaudu. Kindlasti võiks selle tegevuse integreerida teiste sarnase tegevustega, nt kui koolis on rakendatud roheline kooli skeem või kool kuulub liikuma kutsuva kooli programmi.

Kuna see aitab luua omandiõiguse, on protsess ise olulisem kui lõplik põhimõtete dokument. Kui kool on sõnastanud kogu kooli toidukultuuri põhimõtted, saab ta alustada sihipärase, kooskõlastatud meetmete rakendamist.

### 1. Alustage

- Tehke kindlaks kogu kooli toidukultuuri vajadus ja takistused ning kooli jaoks tajutavad võimalused/kasu
- Luua töörühm, mis koosneb õpetajatest, kooli juhtkonnast, söökla töötajatest ja õpilastest
- Arutage kogu kooli toidukultuuri kontseptsiooni koolitoidu töörühma, kooli juhtkonna, õpetajate ja omavalitsuste esindajatega
- Tehke kindlaks, miks kool soovib kooli toidukultuuri rakendada
- Pane paika selged lühi- ja pikaajalised eesmärgid, mida kool sooviks saavutada
- Planeerige, kuidas ja millal meetmeid rakendada, jälgige, arendage ja hinnake neid tegevusi

### 2. Vaadake üle kooli toidukultuur

- Määrake keegi seda tööd juhendama
- Viige läbi kooli toidukultuuri ülevaade: kas koolis on toidu ja jookidega seotud probleeme? Milliseid toite ja jooke pakutakse? Kuidas neid tarbitakse? Kuidas suhtuvad sööki ja jooki ametlik õppekava ja õppekavavälised üritused? Kuidas käsitletakse ametlikus õppekavas ja õppekavavälistes üritustes toitu ja jooki? See ülevaade on aluseks, et hiljem edusamme jälgida
- Analüüsige tulemusi. Mis läheb hästi, milles võiks kool olla parem?
- Jagage seda teavet kõigi sidusrühmadega
- Määrake kooli vajadused ja prioriteedid
- Sõnastage kogu kooli toidukultuuri eesmärgid neid prioriteete silmas pidades
- Määrake edu kriteeriumid, ajakava ja rollid

### 3. Sõnastage põhimõtted

- Koostage esialgne mustand, mis on kooskõlas toidukultuuri ülevaate tulemustega ja kooli visiooniga
- Paluge kooli juhtkonnal ja kooli nõukogul/koolitoidu töörühmal mustand üle vaadata. Võtke vastu konstruktiivne tagasiside.
- Täiendage mustandit

### 4. Täiendage põhimõtete dokumenti

- Analüüsige kõiki saadud kommentaare
- Muutke põhimõtete sõnastust vastavalt
- Paluge kooli direktoril ja kõrgemal juhtkonnal poliitikale alla kirjutada
- Kinnitage lõplik versioon kooli nõukogu/koolitoidu töörühma koosolekul
- Avaldage põhimõtted

### 5. Järgige põhimõtteid

- Koostage tegevuskava
- Delegeerige vastutus iga tegevuse eest mõnele koolitoidu töörühma liikmele
- Andke erinevatele huvirühmadele teada, mida neilt oodatakse, ja tehke nendega koostööd
- Pakkuge tegevuskavas mainitud koolitust ja määrake ressursid
- Selgitage koolis, kuidas tegevuskava rakendatakse

### 6. Jälgige, hinnake ja kohandage tegevuskava ja põhimõtteid

- Muutke põhimõtted osaks koolitöötajate igapäevaelust
- Dokumenteerige kõiki tehtud tegevusi
- Jätkake kõigi sidusrühmade kaasamist
- Tähistage edu
- Vaadake üle tugevused ja nõrkused
- Kohandage tegevuskava (vajadusel) kord aastas, jagage seda kõigi huvirühmadega

## 3 osa : Kohalike ja piirkondlike omavalitsuste roll

### *MIKS PEAKSID KOHALIKUD OMAVALITSUSED KOOLE TOETAMA?*

Kohalikud omavalitsused, linnad ja maakonnad, võivad olla muutuste katalüsaatorid ning rahvatervist, ühiskonda ja keskkonda tõeliselt mõjutada. Sageli on neil oluline roll hariduses ja riigi toiduga seotud hankepoliitika edendamisel.

Kuna kohalikud omavalitsused tegutsevad erinevate sidusrühmade vahetus läheduses, saavad nad aidata kaasa kogu kooli toidukultuuri elluviimisele koolides, pakkudes juhendamist ja võrgustike loomise võimalusi, et hõlbustada partnerlussuhteid kohalike osapooltega.

### *KUIDAS SAAVAD KOHALIKUD OMAVALITSUSED KOOLE TOETADA*

Kohalikud omavalitsused on keerulised institutsioonid. Alati ei ole selge, millised toidualgatused on juba olemas ja kes nende eest vastutab – see võib olla ebaselge mitte ainult linna või valla töötajatele, aga koolidele, kes otsivad oma kooli toidukultuuri jõupingutustele tuge.

Koolide abistamiseks peavad kohalikud omavalitsused koguma poliitilist ja avalikku toetust, tegema koostööd erinevate osakondadega ja kaaluma, millistele lühiajalistele tegevustele nad saavad esialgu keskenduda.

Harva on universaalset lähenemisviisi, kuid hea esimene samm võib olla töörühma loomine, kuhu kuuluvad asjast huvituvad kolleegid erinevatest osakondadest (nt toit, haridus, keskkond/jätkusuutlikkus). Töörühmaga võivad liituda ka linna/valla poliitilised juhid ja innukad õpetajad või koolidirektorid.

Järgmiseks võib olla kasulik uurida, mida kohalikul tasandil juba tehakse, millised teadmised ja ressursid on erinevatel osakondadel ning kas teatud valdkondades on võimalik saavutada kiireid võite, mis toetaks WSFA kasutuselevõttu. Esialgu on ilmselt kõige parem keskenduda piiratud arvule koolidele, kes on juba tegelevad keskkonnateemadega ja valmis WSFA-d vastu võtma.

## NÄITEID KOOLIDE TOETAMISE VIISIDEST

Allpool on loetletud näited viisidest, kuidas kohalikud omavalitsused saaksid koole toetada, mis on üles ehitatud vastavalt WSFA neljale sambale.

### 3.1 A SAMMAS: JUHTIMINE JA PÕHIMÕTTED

- Luua eraldi eelarve koolidele, kes töötavad WSFA rakendamise suunas
- Luua koolitoidu töörühmad erinevatesse koolidesse, nt korraldades infoõhtuid ning aidata neil koostada tegevuskava
- Aidake koolidel läbi viia toidukultuuri ülevaadet: pakkuge metoodilist tuge, paluge erinevate koolitoidu töörühmade liikmetel osaleda teiste koolide ülevaatuses
- (kaas)korraldage koolidega iga-aastane hindamis- ja planeerimis-koosolek, keskendudes tulemustele ja saadud õppetundidele
- Tehke koostööd partnerite, valitsusväliste organisatsioonide või ühendustega, kes saavad koole juhendada
- Reklaamige WSFAd oma suhtluskanalites ja meedias, tõstes linna või valda esile
- Kaasake uusi koole
- Reklaamige ja koordineerige WSFA auhinnakava: selgitage saavutuste erinevaid tasemeid, julgustage koole osalema ja pakkuge stiimuleid (näiteks toetusi, aga ka teenuseid, nt sööklapäeva korraldamiseks vajalike materjalide pakkumist).
- (Kaas)korraldage iga-aastane WSFA auhinnaüritus/tseremoonia: hõlbustage koolidevahelist võrgustiku loomist, kutsuge teisi sidusrühmi koostööteemalisele töötoale/ajurünnakule, tutvustage koolisööklate õpilaste disainikonkursi tulemusi, tutvustage koolide plaane.
- Jagage oma kogemusi teiste kohalike ja riiklike ametiasutustega.



### 3.2 B SAMMAS: TOIT JA JÄTKUSUUTLIKKUS

- Integreerige jätkusuutlikkuse kriteeriumid riigihangetesse
- Koostage pakkumisvorm, mida koolid saavad kasutada uute toitlustuslepingute sõlmimiseks
- Tugevdage koostööd riigihangete eest vastutavate isikutega koolides
- Korraldage koolitöötajatele (ja vahematele) koolitusi tervisliku ja säästva toidu teemal (sh. kajastage kultuurilisi erinevusi)
- Looge ülelinnaline juhispõhine, kuidas suurendada taimse toidu osakaalu koolitoidus
- Aidake koolidel teha sotsiaalselt haavatavatele õpilastele kättesaadavaks tervislik ja jätkusuutlik toit
- Hõlbustada erinevate koolide vahelist koostööd toidu ostmise, toitlustuslepingute ning tervisliku ja jätkusuutliku toidu alal müügiautomaatide/poodide kaudu
- Toetage koole söögisaalide ja köökide renoveerimisel/ümberehitamisel, et muuta need alad harivamaks ja võimaldada õpilastel kaasa lüüa
- Aidake koolidel vältida toidu raiskamist, nt toidujäätmete mõõtmise vahenditega ning näpunäidete ja nippidega



### 3.3 C SAMMAS: HARIDUS JA ÕPPIMINE

- Korraldage õpetajatele ja koolitöötajatele WSFA ja kestlike toidusüsteemide alaseid koolitusi
- Toetage koole tervisliku ja säästva toidu teema lõimimisel erinevatesse kooli õppeainetesse (nt pedagoogiline juhendamine, kursuste ja töövahendite vahetus koolide vahel, inspiratsioon teistest koolidest)
- Toetage koolides aia või peenarde loomise võimalusi köögiviljade kasvatamiseks
- Töötage selles suunas, et toit oleks riiklikus õppekavas rohkem esiletõstatud



### 3.4 D-SAMMAS: KOGUKOND JA PARTNERLUS

- Leidke kohalikud osapooled, kes oleksid nõus koolidega koostööd tegema
- Jagage inspiratsiooni ja korraldage erinevate koolide vahel vahetusi, et õpetada, kuidas erinevate osapooltega koostööd teha
- Planeerige kohalikus toidunõukogus kohtumine kõigi sidusrühmade ja kohaliku omavalitsusega, et arutada võimalike partnerluste kohta koolide ja teiste kohalike osapoolte vahel (nt kauplused, toitlustajad, talud, toiduettevõtted, naabruskonna kogukonnad, hoolekandeesutused)
- Võtke otse ühendust kohalike osapooltega ja julgustage neid tegema koolidega WSFA raames koostööd
- Soovitage võimalikke algatusi, mida erinevad kogukonna liikmed saaksid teha, et edendada laste/ noorukite tervislikku ja jätkusuutlikku toitumist
- Hõlbustage konkreetseid projekte kohapeal (nt farmide külastused) koos laiema kogukonnaga
- Linnad saavad kujundada toidukeskkonda ka laiemalt, näiteks saab analüüsida, kas tervislik ja jätkusuutlik toit on koolipiirkondades saadaval, ja seejärel proovida suurendada selle kättesaadavust, piirates samas juurdepääsu ebatervislikule toidule (nt piirangute kaudu kiirtoidukohtadele ja turundusele).



## 4. osa: WSFA kolm taset

Euroopa projekt "SchoolFood4Change" tunnustab koolide saavutusi, kes rakendavad kogu kooli toidukultuuri lähenemist. Eesmärk on motiveerida koole ja kogukondi oma toidukultuuri pidevalt täiustama ja muutma.

Kui kool soovib demonstreerida oma tööd koolitoidu ja toiduõpetuse vallas, võib ta taotleda pronks-, hõbe- või kuldtaseme saavutamist. Igal tasemel on teatud kriteeriumid, millele kool peab vastama. Pronks tähistab miinimumi, mida kool peaks tegema WSFA rakendamiseks; täiendavate jõupingutuste tulemuseks võib olla hõbedane või kuldne staatus.





## KRITEERIUMID

Allpool toome välja pronksi, hõbeda või kulla taseme saavutamise kriteeriumid. Need põhinevad WSFA neljal sambal ja nendega kaasnevatel ehitusplokkidel, mida tutvustasime 1. osas. Teatud tasemeni jõudmiseks peab kool töötama kõigi nelja samba kallal.



**Sammas A: Põhimõtted ja juhtimine****A.1. Koolitoidu töörühm**Pr.A.1. Koolitoidu töörühm

Koolis on moodustatud töörühm kogu kooli toidukultuuri rakendamiseks.

Töörühm peab regulaarselt planeeritud ja päevakavaga koosolekuid, mis on dokumenteeritud ja mille otsuste täitmist jälgitakse.

Töörühmas on esindatud vähemalt kooli juhtkond, õpetajad, köögipersonal ja õpilased.

- Mõõdikud:
  - Töörühma olemasolu: jah/ei
  - Koosolekute arv: 2/jah
  - Töörühmas mitme valdkonna osalejad

**A.3. Tegevuspõhimõtted ja kogu kooli kogemus**Pr.A.3. Kooli juhtkond on kooli visiooni toidust ja toitumisest heaks kiitnud

Koolil on välja kujunenud selge visioon toidust ja toitumisest, mida kooli juhtkond toetab.

Visioon väljendab konkreetsete eesmärkide ja ülesannetega seda, kus tahab kool tulevikus olla ja mille eest seista toidukultuuri alal.

- Mõõdikud:
  - Heaks kiidetud toiduvision

**A.5. Noorte kaasamine ja osalemine**Pr.A.5. Õpilaste aktiivne kaasamine

Õpilaste esindajate juhendamiseks on ette nähtud eraldi aeg ja ruum, et õpilased saaksid aktiivselt osaleda tervisliku ja jätkusuutliku toidu tutvustamisel ning näidata head eeskuju.

Väikelapsi julgustatakse mänguliselt tervisliku ja jätkusuutliku toidu ning toidutootmise kohta õppima.

- Mõõdikud:
  - Tervisliku ja jätkusuutliku toidu edendamisse kaasatud õpilaste arv

**A.2. Planeerimine, seire, hindamine**Pr.A.2. Kooli toidukultuuri ülevaatamine + tegevuskava

Töörühm on teinud ülevaate tervisliku ja jätkusuutliku toidu alasest tööst koolis, mille põhjal on välja töötatud ülekoolliline tegevuskava.

Koolitoidu töörühm hindab ja uuendab tegevuskava igal aastal ning dokumenteerib tulemused, soovitusel ja kordaminekud.

- Mõõdikud:
  - Ülevaade
  - Tegevuskava

**A.4. Kommunikatsioon**Pr.A.4. Visiooni kommunikatsioon + kogu kooli toidukultuuri koolisisene kommunikatsioon

Kool edastab selgelt oma toiduvisioni kooli töötajatele (sh koolisöökla/-köögipersonalile), õpilastele, lapsevanematele ja laiemale koolikogukonnale.

Kool annab õpilastele, kooli töötajatele ja toitlustajatele regulaarselt teavet kogu kooli toidukultuuri eesmärkide ja edusammude kohta.

Ülevaate tulemusi ja tegevuskava jagatakse kooli kõigi töötajate ja õpilastega.

Ametisse on määratud kommunikatsioonispetsialist (nt koolitoidu töörühma liige), kelle poole saab küsimuste või märkuste korral pöörduda.

- Mõõdikud:
  - Kooli visioonist on teavitatud kooli sees + lapsevanemaid ja laiemat kooli kogukonda: Jah/Ei
  - Kogu kooli toidukultuuri tegevuste kohta jagatakse koolis teavet
  - Kommunikatsioonispetsialist määratud



**Sammas B: Toit ja jätkusuutlikkus****B.1. Einestamisruum**Pr.B.1. Koolisööklas on tervisliku toidu õpikeskkond

Kool korraldab sööklas tervislikke söömisharjumusi, toitumiskäitumist ja -hoiakuid edendavaid tegevusi.

- Mõõdikud:
  - ürituste arv koolisööklas
  - mõned head näited kooli töötajatelt ja lapsevanematelt

**B.3. Tervislikud ja säästvad joogid**Pr.B.3. Tasuta kraanivesi joomiseks

Kool soodustab (kraani)vee joomist ja on teinud kraaniveevõtu kohad üle kooli õpilastele vabalt kättesaadavaks.

- Mõõdikud:
  - kraaniveevõtu kohtade arv (kirjeldus või plaan)

**B.4. Tervislikud ja säästvad karbilõunad ja vahepalad**Pr.B.4. Selged juhised karbilõunasöökide ja vahepalade jaoks

Kool teavitab lapsevanemaid ja annab kooli visioonil põhinevaid juhiseid lastele kaasaantavate suupistete ja karbilõunasöökide kohta, et need oleksid tervislikud ja jätkusuutlikud.

- Mõõdikud:
  - Juhised õpilastele ja lapsevanematele: jah/ei

**B.6. Toidujäätmed**Pr.B.6. Toidujäätmete tekke jälgimine

Kool teeb toitlustajaga, köögipersonaliga, lapsevanemate ja õpilastega koostööd, et vähendada toidujäätmete teket.

- Mõõdikud:
  - Toimiv seiresüsteem: jah/ei

**B.2. Tervislikud ja säästvad eined**Pr.B.2. Tervislik ja tasakaalustatud koolitoit

Kool jagab õpilastele ja lapsevanematele teavet tervislikust ja tasakaalustatud toidust.

Menüüs on tähtsal kohal värsked, töötlemata toidud, ilma tarbetute lisaaineteta, valmistatud hooajalistest, piirkondlikest köögi- ja puuviljadest.

Menüüs on esile tõstetud mahe- ja õiglase kaubanduse tooted ning taimetoidud ja taimepõhised road.

Peamiste koostisosade puhul on märgitud päritolumaa.

- Mõõdikud:
  - Menüüs on esile tõstetud tervislik ja jätkusuutlik toit, nt:
    - värsked, töötlemata toit, mis ei sisalda ebavajalikke lisaaineid ning on valmistatud hooajalistest kohalikest köögi- ja puuviljadest
    - õiglase kaubanduse toiduained
    - mahetoiduained
    - Värskeid puuvilju on alati võimalus magustoiduks võtta
    - Köögiviljaportsjonid vastavad riiklikele toitumissoovitustele Porce zeleniny v souladu s národnými zdravotními směrnici

**B.5. Võrdne juurdepääs tervislikule ja jätkusuutlikule toidule**Pr.B.5. Lisavõimalused eritoidul lastele

Kool soodustab kõigi võrdset juurdepääsu tervislikule ja jätkusuutlikule toidule.

Kool arvestab võimaluste piires erinevate toitumisvajadustega.

Kodust kaasa võetud eritoidu jaoks on hoiu- ja soojendamisvõimalused.

- Mõõdikud:
  - Lisavõimalused toitumise erivajadustega lastele: jah/ei

**Samm C: Haridus ja õppimine****C.1. Toit õppekavas***Pr.C.1. Toidu teema klassiruumis*

Tervislik toit ja jätkusuutlik toidutootmine ning -tarbimine on mitme ainekava ja/või ainetevahelise projekti osa, kohandatud laste vanusele ja arenguetapile.

Õppesisu on koolisisest õppeainete ja -aastate vahel ühtlustatud.

- Mõõdikud:
  - Õppetundide ja õppeainete vaheliste projektide arv ja kirjeldus
  - Toiduteema õppesisu ühtlustamise koosoleku protokoll

**C.3. Täiskasvanute haridus***Pr.C.3. Teematilised töötööd ja õppematerjalid õpetajatele ja koolipersonalile*

Kool korraldab õpetajatele teematilisi töötube ja annab õppematerjale.

- Mõõdikud:
  - Õppematerjalide arv
  - Läbitud teematiliste töötubade arv ja kirjeldus
  - Osalejate arv

**C.2. Autentne või praktiline õppimine***Pr.C.2 Kogu kooli toidukultuur - toidu kasvatamine, saagikoristus ja toiduvalmistamine lastega*

Kool võimaldab ja soodustab praktilise kogemuse saamist, nii vastavas tegevuskohas kui koolis.

Nt kool korraldab õpilastele kokandustunde.

Õpilastel on võimalus kasvatada toitu ja koristada saaki ning valmistada komposti, mis on seotud laiemaga õppimisega.

- Mõõdikud:
  - Toidu kasvatamise, saagikoristamise, toiduvalmistamise või komposti valmistamisega seotud praktiliste projektide nimekiri ja kirjeldus



## Sammas D: Kogukond ja partnerlus

### D.1. Lapsevanemate kaasamine

*Pr.D.1. Kool kaasab lapsevanemaid koolitoidu alasesse tegevusse*

Kool annab lapsevanematele võimaluse panustada algusest peale koolitoidu visiooni ja põhimõtete loomisse.

Lapsevanematele saadetakse kutse koosolekutele, kus arutatakse koolitoidu visiooni, põhimõtteid ja tegevusi, millega lapsevanemad saavad liituda ja millele kaasa aidata.

- Mõõdikud:
  - Lapsevanematele suunatud suhtluse ja tegevuste kirjeldus

### D.2. Koostöö teiste partnerite ja kogukonnaga

*Pr.D.2.*

*Kool teavitab oma koolitoidu visioonist laiemat kogukonda*

Kool edastab selgelt oma toiduvisioni laiemale kooli kogukonnale.

- Mõõdikud:
  - Vt Pr.A.4.



## Sammas A: Põhimõtted ja juhtimine

### A.1. Koolitoidu töörühm

Hõ.A.1. Koolitoidu töörühma kuuluvad lapsevanemate esindajad

Koolis on moodustatud kogu kooli toidukultuuri rakendamiseks töörühm.

Töörühm peab regulaarselt planeeritud ja päevakavaga koosolekuid, mis on dokumenteeritud ja mille otsuste täitmist jälgitakse.

Töörühmas on esindatud vähemalt kooli juhtkond, õpetajad, köögipersonal, õpilased ja lapsevanemad.

- Mõõdikud:
  - Töörühma olemasolu: jah/ei
  - Koosolekute arv: 2/jah
  - Koosolekute protokollid
  - Töörühmas mitme valdkonna osalejad

### A.3. Tegevuspõhimõtted ja kogu kooli kogemus

Hõ.A.3. Kooli juhtkond on kogu kooli toidukultuuri põhimõtted heaks kiitnud

Kool töötab välja ja rakendab põhimõtteid, mis peegeldavad tema koolitoidu visiooni.

Kooli juhtkond edastab selgeid sõnumeid kogu kooli toidukultuuri tähtsusest ja osaleb aktiivselt koolitoidu töörühmas.

- Mõõdikud:
  - Heaks kiidetud toiduvision

### A.5. Noorte kaasamine ja osalemine

Hõ.A.5. Toidusaadikud koolis ja lapsevanematega suhtlemisel

Õpilaste esindajad on aktiivselt kaasatud tervisliku ja jätkusuutliku toidu tutvustamisse. Nad saavad täiendkoolitust tervisliku ja jätkusuutliku toitumise tähtsusest ja olemusest ning propageerivad seda teemat koolis ja lapsevanematele.

- Mõõdikud:
  - Toidusaadikute arv
  - Koostöövormide arv

### A.2. Planeerimine, seire, hindamine

Hõ.A.2. Iga-aastaselt ülevaatusel põhinev SMART tegevuskava

Töörühm teeb igal aastal ülevaate ja koostab SMART (Specific – Measurable – Achievable – Realistic – Timely) tegevuskava, mis põhineb eelmise aasta hinnangutel, soovitud ja õppetundidel.

- Mõõdikud:
  - Ülevaade
  - SMART-tegevuskava
  - SMART-tegevuskava täitmise hindamine

### A.4. Kommunikatsioon

Hõ.A.4. Suhtlus koolisisesele + lapsevanematega ja (välise) kooli toitlustajaga

Kool levitab laialdaselt infot oma pronkstasemeni viinud saavutustest ning teavitab regulaarselt kooli töötajaid ja toitlustajaid, õpilasi ja lapsevanemaid kogu kooli toidukultuuri alasest tööst.

- Mõõdikud:
  - Kooli visioonist, kogu kooli toidukultuurist ja selle tegevustest on teavitatud kooli sees + lapsevanemaid ja kooli toitlustajaid: Jah/Ei
  - Pronkstasemeni viinud saavutustest on teavitatud kooli kogukonda: Jah/Ei
  - Kommunikatsioonispetsialist määratud



**Sammas B: Toit ja jätkusuutlikkus****B.1. Einestamisruum***Hõ.B.1. Koolis söömine on õpilastele rõõmu pakkuv õppimise hetk*

Enamik õpilasi mõistab tervisliku ja jätkusuutliku toidu tähtsust ning on rahul koolisöökla ja -toiduga.

- Mõõdikud:
  - ürituste arv koolisööklas
  - mõned head näited kooli töötajatelt ja lapsevanematelt
  - igaaastane õpilaste ja lapsevanemate küsitlus (teadmised + rahulolu)

**B.2. Tervislikud ja säästvad eined***Hõ.B.2. Tervislikud ja jätkusuutlikud koolitoidu planeerimise / hankimise kriteeriumid*

Vähemalt kord nädalas on koolilõuna taimne või taimerikas. Iga päev on menüüs ühe valikuna taimne või taimerikas toit.

- Mõõdikud:
  - Menüüs on esile tõstetud tervislik ja jätkusuutlik toit, nt:
  - värske, töötlemata toit, mis ei sisalda ebavajalikke lisaaineid ning on valmistatud hooajalistest kohalikest köögi- ja puuviljadest
  - õiglase kaubanduse toiduained
  - mahetoiduained
  - Menüüs on iga päev üks toit taimerikas või taimne ning nädalas ühel päeval on kõik toidud taimerikkad või taimsed
  - Õpilaste %, kes valivad taimerikka/taimetoidu
  - Riigihangete spetsiifilised kriteeriumid (kui on asjakohane)



**B.3. Tervislikud ja säästvad joogid**

*Hõ.B.3. Tasuta joogivesi. Suhkurikaste jookide pakkumist välditakse või piiratakse.*

Kool pakub tasuta joogivett, ei soovita magusate jookide tarbimist ning propageerib aktiivselt vee joomist.

Lapsevanematele jagatakse infot tervislike säästvate jookide kohta.

- Mõõdikud:
  - kraaniveevõtu kohtade arv (kirjeldus või plaan)
  - hea tava magusate jookide mittesoomiseks/piiramiseks

**B.4. Tervislikud ja säästvad karbilõunad ja vahepalad**

*Hõ.B.4. Kõrgtöödeldud toitu ei soovitata koolis/kaasavõetava lõunasöögina süüa*

Kool ei soovita kõrgtöödeldud toiduainete tarbimist koolis. Lapsevanematele antakse teada sellise toidu piiramisest ja alternatiividest.

- Mõõdikud:
  - Juhised õpilastele ja lapsevanematele: jah/ei
  - Kõrgtöödeldud toidu mittesoomise hea tava





**Samm B: Toit ja jätkusuutlikkus****B.5. Võrdne juurdepääs tervislikule ja jätkusuutlikule toidule***Hõ.B.5.Kooli solidaarsus*

Vähekindlustatud pered saavad rahalist toetust.

- Mõõdikud:
  - Lisavõimalused toitumise erivajadustega lastele: jah/ei
  - Toimiv solidaarsussüsteem: jah/ei

**B.6. Toidujätmed***Hõ.B.6. Kool väldib ja vähendab toidujätmete teket*

Koolil on kava toidujätmete vältimiseks ja vähendamiseks ning kõikide asjassepuutuvate osalejate, eelkõige õpilaste kaasamiseks.

- Mõõdikud:
  - Toimiv seiresüsteem: jah/ei
  - Toidujätmete käitluse kava: jah/ei



**Samm C: Haridus ja õppimine****C.1. Toit õppekavas**Hõ.C.1. Harivad toiduteemalised üritused ja tegevus koolis

Tervislik toit ja jätkusuutlik toidutootmine ning -tarbimine on mitme ainekava ja/või ainetevahelise projekti osa.

Kool korraldab igal aastal ülekoollise haridusliku toiduteemalise ürituse.

- Mõõdikud:
  - Õppetundide ja õppeainete vaheliste projektide arv ja kirjeldus
  - Toiduteema õppesisu ühtlustamise koosoleku protokoll
  - Iga-aastase toiduteemalise ürituse fotoaruanne, kirjeldus, tegevuste arv

**C.3. Täiskasvanute haridus**Hõ.C.3. Köögipersonali/toitlustajate koolitus

Köögipersonal ja toitlustajad osalevad tervisliku ja jätkusuutliku toidu koolitusel.

Kui kool ostab toitlustamise teenust, siis sätestatakse riigihanke kriteeriumides nõuded pakutavatele toitudele, vahetaladele ja jookidele.

- Mõõdikud:
  - Läbitud koolituste kirjeldus
  - Osalejate arv

**C.2. Autentne või praktiline õppimine**Hõ.C.2. Põllumajandustootjate kaasamine õpetamisse

Kool kaasab põllumajandustootjaid õpilastele hariduse andmisel.

Õpilastel on kogu aasta jooksul võimalus osa võtta põllumajandustöödest.

- Mõõdikud:
  - Toidu kasvatamise, saagikoristamise, toiduvalmistamise või komposti valmistamisega seotud praktiliste projektide nimekiri ja kirjeldus
  - Põllumajandustootjate kaasamist hariduse andmisel kajastav fotoaruanne või blogipostitus



**Samm D: Kogukond ja partnerlus****D.1. Lapsevanemate kaasamine***Hõ.D.1. Teematilised töötoad lapsevanematele*

Lapsevanematele saadetakse kutse kooli toidupoliitika elluviimises ja teematilistes töötubades osalemiseks.

- Mõõdikud:
  - Lapsevanematele suunatud suhtluse ja tegevuste kirjeldus
  - Teematiliste töötubade arv ja kirjeldus

**D.2. Koostöö teiste partnerite ja kogukonnaga***Hõ.D.2. Kool teavitab oma kogu kooli toidukultuuri alasest tegevusest*

Kool jagab laialdaselt infot pronkstasemele viinud saavutustest.

Põllumajandustootjad on kaasatud õpilaste õpetamisse. Õpilastel on kogu aasta jooksul võimalus osa võtta põllumajandustöödest.

- Mõõdikud:
  - Vt Hõ.A.4., C.2.



## Sammas A: Põhimõtted ja juhtimine

### A.1. Koolitoidu töörühm

Ku.A.1. Koolitoidu töörühma kuuluvad laiema kogukonna esindajad

Koolis on moodustatud kogu kooli toidukultuuri rakendamiseks töörühm. Töörühm peab regulaarselt planeeritud ja päevakavaga koosolekuid, mis on dokumenteeritud ja mille otsuste täitmist jälgitakse. Töörühmas on esindatud vähemalt kooli juhtkond, õpetajad, köögipersonal, õpilased ja lapsevanemad. Regulaarselt kaasatakse ka laiema kogukonna esindajaid.

- Mõõdikud:
  - Töörühma olemasolu: jah/ei
  - Koosolekute arv: vähemalt 2/jah
  - Koosolekute protokollid
  - Töörühmas mitme valdkonna osalejad

### A.3. Tegevuspõhimõtted ja kogu kooli kogemus

Ku.A.3. Kogu kooli toidukultuur on sätestatud kooli missioonis, väärtustes, põhimõtetes, arengukavas ja õppekavas

- Mõõdikud:
  - Kooli juhtkonna heaks kiidetud kogu kooli toidukultuur on kirjas kooli visioonis, missioonis, väärtustes, põhimõtetes, arengukavas ja õppekavas. Jah/Ei

### A.5. Noorte kaasamine ja osalemine

Ku.A.4. Toidusaadikud inspireerivad üksteist koolides ja üle linna (õpilaselt õpilasele)

Õpilaste esindajad on aktiivselt kaasatud tervisliku ja jätkusuutliku toidu tutvustamisse.

Nad saavad täiendkoolitust tervisliku ja jätkusuutliku toitumise tähtsusest ja olemusest ning propageerivad seda teemat oma koolis, teistes koolides ja linnas.

- Mõõdikud:
  - Toidusaadikute arv
  - Kohtumiste arv
  - Koostöövormide arv

### A.2. Planeerimine, seire, hindamine

Ku.A.2. Kogu kooli toidukultuur on osa kooli süstemaatilise kvaliteedi tagamise tööst

Koolitoidu töörühm hoolitseb selle eest, et kõik kooli töötajad oleksid teadlikud kogu kooli toidukultuuri kuulumisest süstemaatilise kvaliteedi tagamise töösse ning seda jälgitakse ja hinnatakse samamoodi nagu muud õppetööd.

- Mõõdikud:
  - Ülevaade
  - SMART-tegevuskava
  - SMART-tegevuskava täitmise hindamine

### A.4. Kommunikatsioon

Ku.A.4. Kogu kooli toidukultuurialane suhtlus koolis + teiste kohalike sihtrühmadega

Kool teavitab regulaarselt kooli- ja toitlustusmeeskonda, õpilasi ja lapsevanemaid kogu kooli toidukultuuri käekäigust ning selgitab välja nende kogemusi ja arusaamu, et neid toidukultuuri alase tegevuse kavandamisel arvesse võtta. Kool teavitab oma edusammudest regulaarselt ka laiemalt kooli kogukonda ja linna.

- Mõõdikud:
  - Sihtrühmade arv
  - Kommunikatsioonitegevuste arv sihtgrupiti



**Sammas B: Toit ja jätkusuutlikkus****B.1. Einestamisruum**

Ku.B.1. Koolisöökla avaliku ruumina koolikogukonna jaoks ja laiemalt

Õpilased, lapsevanemad ja laiem kogukond saavad osaleda koolisööklas toimuvatel üritustel, mis tutvustavad tervislikke toitumisharjumusi ..., sealhulgas suvel / jõulude / lihavõttepühade ajal.

- Mõõdikud:
  - ürituste arv koolisööklas
  - mõned head näited kooli töötajatelt, lapsevanematelt ja laiemalt kogukonnalt
  - igaaastane õpilaste ja lapsevanemate küsitlus (teadmised + rahulolu)

**B.3. Tervislikud ja säästvad joogid**

Ku.B.3. Tasuta joogivesi + koolis keelatud või piiratud magusad joogid

Kool pakub tasuta joogivett ja ei soovita magusate jookide tarbimist ning propageerib aktiivselt vee joomist. Lapsevanematele jagatakse infot tervislike, säästvate jookide ning magusate jookide alternatiivide kohta.

- Mõõdikud:
  - kraaniveevõtu kohtade arv (kirjeldus või plaan)
  - hea tava magusate jookide mittesoosimiseks/piiramiseks ja lapsevanemate nõustamiseks

**B.5. Võrdne juurdepääs tervislikule ja jätkusuutlikule toidule**

Ku.B.5. Koolikeskkonna solidaarsus

Koos huvirühmadega - linna, kohalike kaupluste, ettevõtete ja kooli ümbruses asuvate organisatsioonidega töötatakse välja madala sissetulekuga perede rahalise toetamise süsteem.

- Mõõdikud:
  - Lisavõimalused toitumise erivajadustega lastele: jah/ei
  - Toimiv solidaarsussüsteem: jah/ei
  - Mitut huvirühma kooli ümbruskonda hõlmav solidaarsussüsteem

**B.2. Tervislikud ja säästvad eined**

Ku.B.2. Koolimenüü vastab SF4C tervise- ja jätkusuutlikkuse kriteeriumide miinimumtasemele.

Kooliköök vastab uuendusliku, jätkusuutliku ja tervisliku toidu kriteeriumidele ja lähenemisviisidele, mis on välja töötatud SF4C WP5 raames.

- Mõõdikud:
  - Riigihangete spetsiifilised kriteeriumid (kui on asjakohane)

**B.4. Tervislikud ja säästvad karbilõunad ja vahepalad**

Ku.B.4. Kooli ümbruskonnas ebatervisliku toidu taunimine

Mitme huvirühma - linna, kooli vahetus läheduses olevate kaupluste, kiirtoidukohtade ja teiste koostöö laste ebatervisliku toitumise vältimiseks.

- Mõõdikud:
  - Juhised õpilastele ja lapsevanematele: jah/ei
  - Kõrgtöödeldud toidu mittesoosimise hea tava
  - Mitut huvirühma hõlmav koostöö ebatervisliku toidu vältimiseks kooli ümbruskonnas: jah/ei

**B.6. Toidujäätmed**

Ku.B.6. Kooli eesmärk on jäätmevaba toidumudel

Kool on välja töötanud jäätmevaba toidu mudeli.

- Mõõdikud:
  - Toimiv seiresüsteem: jah/ei
  - Toidu nulljäätmete kava: jah/ei



**Sammas C: Haridus ja õppimine****C.1. Toit õppekavas**Ku.C.1. Põhjalikud teadmised tervislikust toidust ning säästvast toidu tootmisest ja tarbimisest

Tervisliku toidu ning säästva toidu tootmise ja tarbimise teema kohta on sõnastatud konkreetsed õpieesmärgid, mis kirjeldavad õppeaastate kaupa, mida õpilased peaksid teadma ja oskama. Toitu käsitletakse mitmes õppeaines terviklikust ja õpilasi kaasavast vaatenurgast.

Kool korraldab igal aastal vähemalt ühe hariva toiduürituse.

- Mõõdikud:
  - Õpieesmärgid eri vanuses lastele: jah/ei
  - Toiduteema õppesisu ühtlustamise koosoleku protokoll
  - Igaaastase toiduteemalise ürituse fotoaruanne, kirjeldus, tegevuste arv

**C.3. Täiskasvanute haridus**Ku.C.3. Õpetajate ja koolisöökla koostöö

Kool soodustab õpetajate ja koolisöökla koostööd.

Kooli toitlustaja/kokk (koostöös teistega) teeb lapsevanematele ja laiemale kogukonnale toidu ja toidu valmistamise teemalisi koolitusi. Õpetajad ja söökla töötajad kavandavad koos õpilastele autentseid söögiteemalisi õppematerjale.

- Mõõdikud:
  - Kooli töötajatele ja toitlustajatele korraldatud töötubade ja koolituste kirjeldus
  - Osalejate arv
  - Autentsete koolitusmaterjalide arv

**C.2. Autentne või praktiline õppimine**Ku.C.2. Kool toetab õpilaste osalemist praktilistes projektides

Kool toetab õpilasi koostöös laiemal kogukonnaga kohapeal praktiliste projektide läbiviimisel..

- Mõõdikud:
  - Tegevuste arv ja kirjeldus
  - Kaasatud põllumajandustootjate arv
  - Fotoaruanne või blogipostitus
  - Küsitluse tulemused



**Sammas D: Kogukond ja partnerlus****D.1. Lapsevanemate kaasamine**

*Ku.D.1. Lapsevanemad osalevad aktiivselt toidualases tegevuses*

Lapsevanemaid kutsutakse jagama oma teadmisi õpilaste ja teiste lapsevanematega ning juhtima väikeseid töörühmi või korraldama töötubasid, nt toidu kasvatamises ja valmistamises.

Koos huvirühmadega - linna, kohalike kaupluste, ettevõtete ja kooli ümbruses asuvate organisatsioonidega töötatakse välja madala sissetulekuga perede rahalise toetamise süsteem.

- Mõõdikud:
  - Lapsevanematele suunatud suhtluse ja tegevuste kirjeldus

**D.2. Koostöö teiste partnerite ja kogukonnaga**

*Ku.D.2. Kool kaasab laiemat kogukonda aktiivselt kogu kooli toidukultuuri edendamisse*

Koolitoidu töörühmas osalevad laiema kogukonna esindajad. Kool jagab teavet oma edusammudest ja tegevusest kooli kogukonnale. Kooli sööklad kasutatakse kogukonna toidualasteks üritusteks.

- Mõõdikud:
  - Vt Ku.A.1., A.4., B.1., B.4., B.5., C.2



**Aitäh, köht  
on täis!**



**It's time for  
a new menu**

[info@schoolfood4change.eu](mailto:info@schoolfood4change.eu)  
[www.schoolfood4change.eu](http://www.schoolfood4change.eu)

**#SCHOOLFOOD4CHANGE**





This project has received  
funding from the European  
Union's Horizon 2020 research  
and innovation programme  
under grant agreement  
No 101036763.



See projekt sai rahastuse Euroopa Liidu teadus- ja innovatsiooniprogrammist  
Horisont 2020 toetuslepingu nr 101036763 alusel.

Ainuvastutus sisu eest lasub SchoolFood4Change projekti partneritel. Sisu ei  
pruugi kajastada Euroopa Komisjoni arvamust. Samuti ei vastuta komisjon  
käesolevas dokumendis sisalduva teabe kasutamise eest.