

## PROIECTUL „FARFURII CURATE”-VIITOR SĂNĂTOS LA NEGHINIȚĂ

Violeta Ioana Mureșan, Grădinița cu Program Prelungit “Neghinița”, Cluj-Napoca

Mediul educațional preșcolar este receptiv la proiecte educaționale deoarece acestea facilitează adaptarea serviciilor educaționale la cerințele părinților și copiilor, implicit ale comunității. Planul de învățământ, domeniile experiențiale, permit parcurgerea interdisciplinară, integrată a conținuturilor propuse și asigură libertate cadrului didactic în planificarea activității zilnice cu preșcolarii. Noul curriculum insistă pe deschiderea grădiniței către exterior, către comunitate, și în acest context consideră că învățarea realizată de la persoane din afara instituției este la fel de valoroasă precum cea de la cadrul didactic.

Veți întreba desigur de ce un proiect pentru alimentație sănătoasă când e o certitudine că la grădiniță se gătește și se mănâncă sănătos. Consider că se poate face mai mult și mai bine pentru copii, că putem alături de părinți și copii să reinventăm viitorul.

“**Farfurii curate**” e un program de alimentație sănătoasă. Principalul scop a fost promovarea unor obiceiuri/principii culinare și alimentare corecte și sănătoase. Colectivul “Neghinița” alături de membrii proiectului și-a propus, a aplicat și a reușit să fie implicat activ provocând schimbarea mentalităților și obiceiurilor culinare nesănătoase.

“**Farfurii curate**” a fost un proiect pilot inițiat de Adrian Hădean, implementat în parteneriat cu Fundația Danis pentru Dezvoltare Managerială și finanțat prin programul de granturi Raiffeisen Comunități.

Acest proiect a venit în ajutorul grădiniței în vederea implementării unor meniuri noi, sănătoase în alimentația zilnică a copiilor. Meniurile au fost propuse de către Adrian Hădean, și supervizate de către Prof. Nicolae Hâncu prin proiectul „Viața la grădi” demarat de către Primăria Cluj-Napoca.

În noiembrie 2012 am prezentat proiectul și mi-am asumat sustenabilitatea lui în fața beneficiarilor, respectiv părinților, angajaților și copiilor. Acum aș spune că restul a fost foarte simplu deoarece acest demers a fost susținut chiar de la început de opțiunea unanimă a reprezentanților părinților din Consiliul Reprezentativ al Părinților de a aplica la acest proiect, de a motiva toți părinții din unitate și de a participa activ împreună cu copiii lor la un strop de normalitate și inovație gastronomică.

Trebuie să reamintesc că având experiențe anterioare interesante în alte proiecte (Toți la școală, toți în clasa I, Grădina Verde de la Gradi, etc.) rezultatele obținute au motivat și stimulat părinții, cadrele didactice și implicit copiii pentru noi provocări.

Proiectul s-a derulat din noiembrie 2011 până în iunie 2012 și a oferit gratuit: consiliere printr-un grup de specialiști, un formator înzestrat cu tact pedagogic și deprinderi culinare excepționale, Adrian Hădean, traininguri pentru bucătari, personalul administrativ și de conducere al unității, o bază materială minimă dar utilă, seminarii și ateliere interactive cu părinții, o promovare națională și internațională a activităților din proiect (<http://www.adihadean.ro/tag/alimentatie-sanatoasa/>) și un stimul major pentru implicarea activă a părinților în educația copiilor.

Grădinița s-a implicat cu toți angajații inimoși, cu 200 de copii frumoși și curioși, cu 400 de părinți activi, cu 2 site-uri de informare, prin programul "Școala Altfel" pentru exersare, cu farfurii și cești pentru degustare și zeci de poze/filme pentru promovare.

Până în 2011 desigur se desfășurau în grădiniță proiecte tematice și activități extracurriculare cu aplicații din domeniul „Sănătate și igienă personală”, respectiv de promovarea sănătății și nutriției dar activitățile complexe din proiect au oferit și facilitat ceea ce curriculum național respectiv învățământul de stat nu putea oferi/finanța suplimentar.

Beneficiile implementării proiectului:

- personalul și părinții copiilor au dobândit cunoștințe esențiale din domeniul nutrițional și al gătitului sănătos,
- bucătarii au învățat să aplice principii alimentare și culinare pentru realizarea/punerea în practică a unor rețete noi,
- părinții copiilor continuă să participe în mod activ la educația copiilor desfășurată în grădiniță,

Principalele activități ale proiectului:

- identificarea obiceiurilor culinare și alimentare provenite din familie, a unor eventuale probleme de sănătate ale copiilor (diabet, alergii, intoleranță la anumite alimente, etc) în urma unor discuții interactive cu părinții;
- oferirea unor informații despre nutriție și alimentare corectă, gătit sănătos pentru personalul din grădinițe, copiii și părinții acestora prin e-mail, prezentări directe, site blogger, etc.;
- dotarea grădiniței implicate în proiect cu echipamentele necesare esențiale pentru pregătirea rețetelor (mixere, oale, tigăi, tăvi, etc.), achiziționarea materialelor necesare derulării proiectului (consumabile papetărie necesare

instruirii, consumabile alimentare și nonalimentare pentru atelierele de gătit demonstrative etc),

- organizarea unor ateliere de gătit demonstrative pentru bucătarii din cinci grădinițe din Cluj în vederea oferirii unor alternative la sistemul actual de pregătire a mâncării în grădinițe
- organizarea unor ateliere demonstrative pentru cadre didactice și părinți ai copiilor din grădinițe cu scopul de a promova practici culinare corecte, sugerarea unor modalități de motivare a copiilor astfel încât să mănânce sănătos,
- organizarea unor întâlniri pe tema alimentației sănătoase cu copiii din grădinițele cuprinse în proiect, “Zile de povești cu și despre mâncare” cu scopul de motivare a copiilor să participe la program,
- organizarea unei prezentări pe tema “project management” pentru directorii grădinițelor, pentru a putea asigura sustenabilitatea și viabilitatea proiectului.

Implicarea familiei nu se rezumă la participarea financiară, ci și la participarea în luarea deciziilor legate de educația copiilor, la prezența lor în timpul activităților și la participarea efectivă la aceste activități, în general, la viața grădiniței. Proiectul educațional întotdeauna poate fi o provocare spre experiențe noi atât pentru copii cât și pentru cadre didactice, implicit pentru părinți și comunitate.

În numele copiilor și părinților “Neghiniță”, a dascălilor și a bucătarilor iscușiți, în numele tuturor partenerilor din proiect, a tuturor celor implicați în minunata provocare „Farfurii curate” vă invit dragi copii și stimați colegi să vă depășiți propriile limite, să fiți activi alături de specialiști oferindu-le copiilor un viitor sănătos și dreptul la un meniu de calitate.

Copiii sănătoși de azi vor fi părinții sănătoși de mâine.

Bibliografie/ Webografie:

Curriculum pentru învățământul preșcolar (3-6/7 ani), [www.edu.ro](http://www.edu.ro), 2008

<http://www.adihadean.ro/tag/alimentatie-sanatoasa/>

<http://www.adihadean.ro/2012/02/farfurii-curate-la-neghinita-si-niste-ganduri/>

<http://www.youtube.com/watch?v=bZ8x8isbv50>

<http://www.youtube.com/watch?v=DbtrBi5DFBA>

<http://www.youtube.com/watch?v=DWlil67z5h4>

[http://www.youtube.com/watch?v=AcUcZl4yb\\_I](http://www.youtube.com/watch?v=AcUcZl4yb_I)

<http://www.youtube.com/watch?v=w8gxApzFR24>