



Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

# TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

**Izvajanje nacionalnega  
projekta 2015**

## TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK: IZVAJANJE NACIONALNEGA PROJEKTA 2015

Avtorji: Brigita Zupančič Tisovec, Tea Kordiš, Matej Gregorič, Simona Mušič, Mitja Vrdelja

Urejanje besedila: Minka Brovč

Pri zasnovi publikacije so sodelovali člani delovne skupine pri Ministrstvu za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Zahvala gre vsem vrtcem in šolam, ki so s svojim sodelovanjem v anketi pomembno pripomogli k nastanku te publikacije.

Izdajatelj: Nacionalni Inštitut za javno zdravje, Trubarjeva 2, Ljubljana

Kraj in leto izida: Ljubljana, 2016

Elektronski vir.

Spletni naslov: <http://www.nijz.si/>

Evalvacijo izvajanja projekta »Tradicionalni slovenski zajtrk 2015« je finančno omogočilo Ministrstvo za zdravje.

Zaščita dokumenta

© 2016 NIJZ

Vse pravice pridržane. Reprodukcijska po delih ali v celoti na kakršenkoli način in v kateremkoli mediju ni dovoljena brez pisnega dovoljenja avtorjev. Kršitve se sankcionirajo v skladu z avtorsko, pravno in kazensko zakonodajo.

Gradivo ni lektorirano.

**NIJZ**

Nacionalni inštitut  
za **javno zdravje**



# TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

**Izvajanje nacionalnega projekta 2015**



## KAZALO

POVZETEK .....	6
1. UVOD .....	7
1.1 Opis projekta .....	8
2. IZHODIŠČA VREDNOTENJA .....	10
2.1 Smotri vrednotenja.....	10
3. METODE DELA .....	11
4. REZULTATI .....	12
4.1 Vprašanja o načinu izvedbe.....	12
4.2 Vprašanja o namenu in operativnih ciljih.....	17
4.3 Vprašanja o spremljevalnih aktivnostih .....	18
4.4 Vprašanja o sodelovanju z deležniki in dobavitelji.....	19
4.5 Vprašanja o učinkovitosti in uspešnosti projekta.....	21
5. PRIPOROČILA ZA UČINKOVITEJŠE IZVAJANJE PROJEKTA.....	25
6. ZAKLJUČEK .....	27
7. VIRI .....	29

## POVZETEK

Nacionalni inštitut za javno zdravje je opravil vrednotenje izvajanja projekta Tradicionalni slovenski zajtrk, ki v Sloveniji poteka od leta 2011, od leta 2012 dalje pa tudi v podporo dnevu slovenske hrane. Vrednotenje je bilo opravljeno kot notranje naknadno vrednotenje procesov, izdelkov in v omejenem obsegu tudi širših vplivov.

Ključne ugotovitve:

- izvajane aktivnosti in zastavljeni cilji vrtcev in šol so bili načeloma dobro opredeljeni, saj so izpostavljali vsebine, opredeljene s cilji projekta. Tudi sami temeljni cilji projekta odgovarjajo širšim družbenim potrebam in ciljem, opredeljenih v nacionalnih strategijah;
- z vidika vključitve ciljne populacije ocenjujemo projekt kot učinkovit, saj projekt izvaja večina vzgojno-izobraževalnih zavodov, poleg tega v projektu na dan izvedbe aktivno sodeluje večina otrok in večina zaposlenih;
- večina sodelujočih šol in vrtcev, ki so izpolnili evalvacijski vprašalnik, je projekt ocenila kot zelo uspešen oz. uspešen; poleg tega se uspešnost projekta kaže tudi v izboljšani pestrosti metod in pristopov ter spremljevalnih aktivnosti, ki podpirajo temeljne cilje projekta; vsebinam projekta se namenja več pozornosti skozi celo šolsko leto, ki so pogosteje vključene tudi v medpredmetne povezave;
- projekt lahko ocenimo za uspešnega tudi z vidika izboljšane komunikacije in sodelovanja z lokalnimi ponudniki hrane kot tudi z vzpostavljanjem mreže zunanjih strokovnih sodelavcev (kot npr. z lokalnimi predelovalci hrane, lokalnimi strokovnjaki posameznih področij, zdravstvenimi delavci, kmetijsko-svetovalno službo), vzpostavilo pa se je tudi sodelovanje z lokalno skupnostjo, živilsko industrijo, društvi in mediji;
- projekt se ni izkazal le kot uspešen povezovalni mehanizem na nivoju državnih institucij in resorjev, temveč tudi na nivoju šol in vrtcev, ki se s pomočjo projekta med seboj povezujejo in združujejo svoje aktivnosti ter tako prenašajo primere svojih praks in krepijo socialno mrežo med zaposlenimi in otroci;
- učinek projekta se najbolj kaže na nivoju otrok in učencev, saj se je izboljšala navada zajtrkovanja, prav tako tudi znanje o pomenu zajtrka, zdrave prehrane, čebelarstva, lokalne pridelave in kmetijstva na sploh;
- projekt ocenjujemo za nekoliko manj uspešen na nivoju aktivne vključitve staršev in celotnega pedagoškega kolektiva, pa tudi na nivoju procesa zaradi prezahtevnosti administrativno-finančnih postopkov in omejitev pri izboru živil za zajtrk.

## 1. UVOD

Raziskave prehranjevalnih navad otrok in mladostnikov v Sloveniji v zadnjih letih kažejo, da so te nezdrave: večinoma se prehranjujejo neredno, najpogosteje izpuščajo zajtrk in izbirajo pretežno nezdravo hrano. Otroke in mladostnike s prehranskega vidika uvrščamo med ranljivejšo populacijo, zato jim je treba omogočiti, da uživajo dnevno vse priporočene obroke, ki naj bodo v čim večji meri sestavljeni iz priporočenih in kakovostnih živil, obenem pa jih je treba ozaveščati o pomenu zdravega prehranjevanja in jih spodbujati pri oblikovanju zdravih prehranjevalnih navad.

Resolucija o nacionalnem programu o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje 2015–2025 navaja, da zaradi obilice nezdrave ponudbe živil, ki je cenovno dostopna, in načina življenja, ki vodi v vedno večjo telesno nedejavnost oziroma sedeč življenjski slog, v Sloveniji in drugih evropskih državah kljub dosedanjim prizadevanjem narašča debelost med otroki, mladostniki in odraslimi. Med otroki se pojavlja sladkorna bolezen tipa 2, ki je bila še do nedavnega značilna za odrasle, zmanjšuje pa se tudi gibalna zmogljivost med otroki in mladostniki.

Nezdrave prehranjevalne navade, zlasti neprimerna izbira živil, in neredna prehrana, lahko pomembno vplivajo na slabše počutje in slabše učne zmožnosti, hkrati pa vplivajo tudi na zmanjšano odpornost organizma in so dejavnik tveganja za številne bolezni. Z namenom, da se otrokom predstavi pomembnost zajtrka in uživanje kakovostne doma pridelane hrane ter predstavitev kmeta kot pridelovalca hrane in čebele, ki je tesno povezana s kmetijstvom in pridelavo hrane, je bil osnovan projekt Tradicionalni slovenski zajtrk. Posredno sta cilja projekta še tesneje povezati pomembne resorje in inštitucije pri skupnih aktivnostih ter zainteresirati ponudnike lokalno pridelane/predelane hrane ter šole in vrtce, da bi se med njimi vzpostavile kratke verige in s tem spodbudi lokalna trajnostna oskrba. Dolgoročno se želi s projektom vplivati na izboljšanje prehranjevalnih navad, s poudarkom na rednem uživanju zajtrka, pogostejšem vključevanju lokalno pridelane hrane ter večjem vključevanju vzgojno-izobraževalnih vsebin v šolski kurikulum, ki poudarjajo pomen kmetijstva in čebelarstva, pravilne in zdrave prehrane, živilske industrije, telesne dejavnosti za zdravje ter ohranjanje čistega okolja.

Tudi pri splošnem ozaveščanju otrok in mladine je pomemben pomen zdravega načina življenja. Pri spodbujanju uživanja zajtrka ima ključno vlogo družina, zelo pomembno vlogo pa imajo tudi šole in vrtci, ki naj bi spodbujali redno uživanje zajtrka. Šolsko in vrtčevsko okolje je prostor, kjer otroci preživijo pomemben del dneva večino dni v tednu, zato je prav, da jim omogočamo dostopnost do ustreznih informacij o zdravem prehranjevanju in omogočamo zdrave izbire.

Pri spodbujanju k zdravim prehranskim navadam ne smemo pozabiti na ozaveščanje o pomenu pridelave in predelave hrane v lokalnem okolju. Zadostna lokalna pridelava, predelava in poraba hrane ob nizki stopnji samooskrbe s kmetijskimi pridelki in proizvodi v Republiki Sloveniji (v nadaljevanju RS), je med drugim pomembna tudi zaradi izboljšanja zdravja prebivalstva kot posledica uživanja (s stališča prehranske vrednosti) kakovostnejše hrane (višja vsebnost vitaminov in posledično višja hranilna vrednost) in trajnejšega zagotavljanja virov živil ter posledično manjše možnosti primanjkljaja s strani določenih hranilnih snovi v prehrani.

Skrbno ravnanje z odpadki in lokalno trajnostna oskrba prispevata k ohranjanju narave in gospodarnemu ravnanju z naravnimi viri in okoljem. Smiselno je torej vzpodbujati lokalno okolje, da

se samooskrbuje, da se skrajšujejo transportne poti živil in se s tem povečuje kvaliteta življenja vseh, vključenih v ta proces.

Z evalvacijo projekta želimo ugotoviti, kako učinkovit in uspešen je bil projekt v letu 2015 in, ali je v določenem segmentu dosegel želene učinke.

## 1.1 Opis projekta

Projekt Tradicionalni slovenski zajtrk je bil v letu 2015 izveden že peto leto zapored, in sicer z namenom, da bi posredno izboljšali zavedanje o namenu in razlogih za lokalno samooskrbo, domačo pridelavo in predelavo ter v okviru sistema javnega naročanja spodbudili aktivnosti zagotavljanja lokalno pridelane hrane. Namen projekta je izobraževati, obveščati in ozaveščati šolajočo mladino ter hkrati tudi širšo javnost o pomenu zajtrka v okviru prehranjevalnih navad, pomenu in prednostih lokalno pridelanih živil slovenskega izvora, pomenu kmetijske dejavnosti za okolje in pomenu čebelarstva za kmetijsko pridelavo, gospodarske dejavnosti in širše okolje.

Osnovni cilj projekta je predstaviti otrokom pomembnost zajtrka in uživanje lokalno pridelane hrane ter predstavitev kmeta kot pridelovalca hrane in čebele, ki je tesno povezana s kmetijstvom in pridelavo hrane. Posredno je bil cilj projekta še tesneje povezati pomembne resorje in inštitucije pri skupnih aktivnostih ter vzpodbuditi ponudnike lokalno pridelane/predelane hrane ter šole in vrtce, da bi se med njimi vzpostavile kratke verige in bi se s tem spodbudila lokalna trajnostna oskrba. Pomemben cilj je tudi večje vključevanje vzgojno-izobraževalnih vsebin v šolski kurikulum, ki poudarjajo pomen kmetijstva in čebelarstva, pravilne in zdrave prehrane, živilske industrije, telesne dejavnosti za zdravje ter ohranjanje čistega okolja.

Tradicionalni slovenski zajtrk (v nadaljevanju TSZ) je potekal v petek, 20. novembra 2015. Prav tako se je na ta dan že četrto leto zapored obeleževal dan slovenske hrane, s katerim se želi poudariti pomen zagotavljanja hrane iz lokalnega okolja.

TSZ, ki ga otroci prejmejo v vrtcih in šolah, je sestavljen iz kruha, mleka, masla, medu in jabolka. Sredstva, ki so bila zagotovljena z Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, so predstavljala nakup dodatnega obroka, to je zajtrka, ki je moral biti sestavljen iz vseh navedenih živil. Glede na namen projekta, ki spodbuja uživanje hrane iz lokalnega okolja, so morala biti živila pridelana oziroma predelana v Sloveniji. Vrtec, osnovna šola ali zavod za izobraževanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami so morali pridobiti izjavo pridelovalcev/predelovalcev/dobaviteljev, da so živila pridelana oziroma predelana v Sloveniji. Priporočalo se je tudi, da se za namen tradicionalnega slovenskega zajtrka živila naroči v večjih pakiranjih/embalaži (npr. maslo najmanj po 250 g ali več), s čimer bi zmanjšali tudi ekološko obremenitev okolja z embalažnimi odpadki.

V Sloveniji so že pred uvedbo projekta Tradicionalni slovenski zajtrk potekale nekatere aktivnosti, ki so spodbujale zdrav način prehranjevanja. Čebelarstva zveza Slovenije je tako v preteklih letih izvajala izobraževalno akcijo »En dan za zajtrk med slovenskih čebelarjev v slovenskih vrtcih«. Akcija je bila namenjena predvsem izobraževanju in ozaveščanju otrok o pomenu čebel in čebeljih pridelkov za zdravje ljudi in okolje. Na osnovi teh pozitivnih izkušenj je Čebelarstva zveza Slovenije predlagala vseslovenski projekt, ki bi vključeval tudi ostale pridelovalce slovenske hrane. Pobudo o sodelovanju so sprejela tri ministrstva – Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport ter Ministrstvo za zdravje. Poleg navedenih ministrstev so bili partnerji v projektu tudi Čebelarstva zveza Slovenije (pobudnik projekta), Kmetijsko-gozdarska



zbornica Slovenije, Gospodarska zbornica Slovenije - Zbornica živilskih in kmetijskih podjetij, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Zavod RS za šolstvo in Gospodarsko interesno združenje mlekarstva.

Vlada RS se je na redni seji 28. julija 2011 seznanila z namenom, cilji in izhodišči izvedbe projekta Tradicionalni slovenski zajtrk in projekt tudi podprla. Naslednje leto pa je na redni seji 11. oktobra 2012 sprejela sklep o razglasitvi dneva slovenske hrane, ki je objavljen v Uradnem listu RS, št. 77/12. Dan slovenske hrane je tako obeležen vsako leto tretji petek v novembru. S tem je projekt Tradicionalni slovenski zajtrk dobil širši pomen. Glavni cilj oziroma namen razglasitve dneva slovenske hrane je podpora slovenskim pridelovalcem in predelovalcem hrane ter spodbujanje zavedanja in pomena domače samooskrbe, ohranjanje čistega, zdravega okolja, ohranjanje podeželja, seznanjanje mladih s postopki pridelave in predelave hrane in spodbujanje zanimanja za dejavnosti na kmetijskem področju. Razglasitev dneva slovenske hrane spodbuja k povezovanju in celostni obravnavi kmetijskega, okoljskega, zdravstvenega in izobraževalnega vidika.

V mesecu oktobru 2015 so vzgojno-izobraževalni zavodi prejeli okrožnico o izvedbi projekta, navodila za izvedbo, seznam vzgojno-izobraževanih zavodov s pripadajočimi zneski, seznam možnih dobaviteljev, primer zahtevka za povrnitev sredstev ter Odredbo o izvedbi tradicionalnega slovenskega zajtrka v letu 2015 (Ur. l. RS, št. 79/15).

Za učitelje in vzgojitelje so bile pripravljene usmeritve in priporočila za načrtovanje in izvajanje spremljajočih vzgojno-izobraževalnih aktivnosti ter shema za pripravo načrta aktivnosti in opredelitev ciljev.

## 2. IZHODIŠČA VREDNOTENJA

### 2.1 Smotri vrednotenja

Pričujoče vrednotenje izvajanja projekta Tradicionalni slovenski zajtrk je namenjeno notranjemu vrednotenju projekta v šolah in vrtcih, ki se izvaja koordinirano vsako leto s strani delovne skupine pri Ministrstvu za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano. Vrednotenje zajema mnenja samih šol, gre za naknadno vrednotenje projekta v šolskem okolju, usmerjeno v pregled dela (procesa), izdelkov ter v omejenem obsegu tudi vplivov glede na zastavljene cilje in naloge. Ugotovitve vrednotenja bodo pomagale pri pripravi priporočil za izboljšano izvajanje projekta v bodoče.

Vezano na dosedanje izvajanje projekta v šolskem okolju želimo z notranjim vrednotenjem ugotoviti oziroma oceniti:

- uspešnost in način delovanja projekta na nivoju šol in vrtcev, ki so bili v projekt vključeni,
- učinkovitost in doseganje ciljev projekta na nivoju vrtčevskih in šolskih otrok,
- uspešnost projekta na nivoju vseh vpletenih sektorjev, inštitucij in drugih organizacij,
- načine izvedbe projekta v vrtcih in šolah, kjer so izvedli projekt, kakšne spremljevalne aktivnosti so ob tem izvedli ter morebitne težave, ki so jih ob tem zaznali,
- oceniti, kako podporne so bile posamezne inštitucije/organizacije,
- zaznan napredek na nivoju otrok ter, ali so otroci dobili dovolj podpore tudi od oseb v okoljih, kjer preživijo večino časa, torej pri starših, učiteljih in vzgojiteljih.

### 3. METODE DE LA

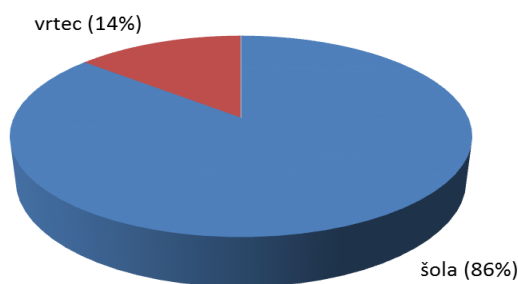
Delovna skupina na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje je po strokovnih kriterijih, strokovni literaturi in na podlagi izkušenj pripravila načrt in okvir vrednotenja projekta v šolskem okolju. V zvezi s smotri in cilji vrednotenja so bile oblikovane metode dela, ki so bile osnova za vrednotenje. Po izvedbi projekta Tradicionalni slovenski zajtrk smo z metodo anketnega vprašalnika skušali pridobiti čim večje število vidikov delovanja projekta.

Vrednotenje projekta je potekalo preko spletne ankete »1ka«. Odgovorne osebe v vrtcih in osnovnih šolah smo s posebno okrožnico zaprosili, da preko spletne strani <http://tradicionalni-zajtrk.si/> izpolnijo spletni vprašalnik. Zbiranje podatkov je potekalo od 3. decembra do 18. decembra 2015.

Vprašalnik je zajemal vprašanja, ki so bila razdeljena v naslednje sklope:

- splošni podatki, vezani na vrtce in šole,
- način izvedbe projekta v vrtcih in šolah,
- namen in operativni cilji izvedbe projekta,
- spremljevalne aktivnosti, ki so jih vrtci in šole izvedli na dan projekta,
- sodelovanje vrtcev in šol z deležniki in dobavitelji,
- učinkovitost in uspešnost projekta.

Vzorčni okvir so predstavljale vse šole in vrtci v RS. Vprašalnik o izvedbi projekta je izpolnilo 364 šol in 58 vrtcev. V primerjavi z letom 2014 je bil odziv nekoliko slabši, saj je vprašalnik takrat izpolnilo 457 šol in 82 vrtcev (Slika 1).



Slika 1: Delež šol in vrtcev, ki so izpolnili evalvacijski vprašalnik (n=422)

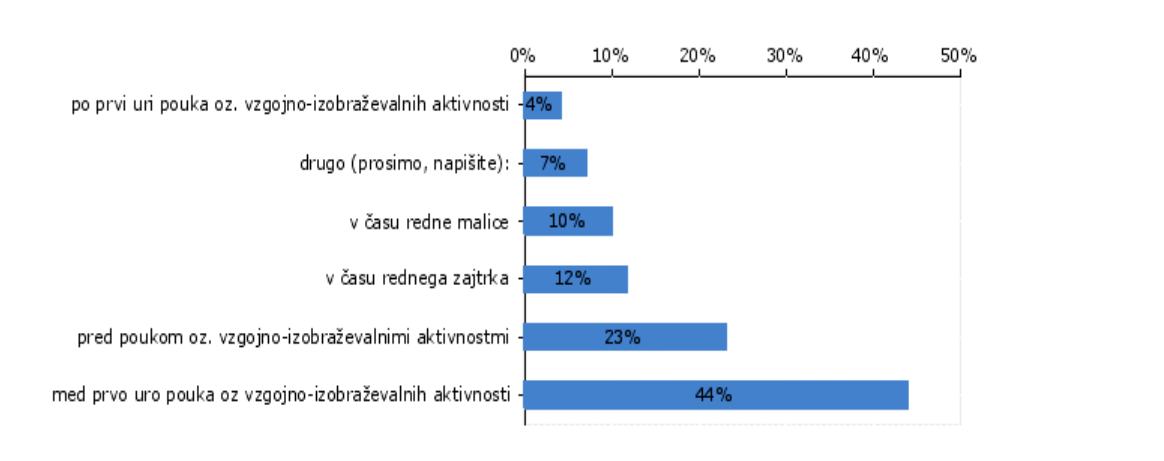
Število vzgojno-izobraževalnih zavodov, ki so vložili zahtevek za povrnitev stroškov za nakup živil za izvedbo zajtrka ostaja na enaki ravni. Delež vrtcev in šol, ki so vložili zahtevek znaša 81,2 %, kar je na približno enakem nivoju kot v letu 2014 (81,3 %). Večji delež je pri osnovnih šolah in vrtcih, ki so organizirani v njihovem okviru (92 %), manjši pa pri samostojnih vrtcih (62,7 %).

## 4. REZULTATI

V tem poglavju so prikazani rezultati glede načina izvedbe projekta, o namenu in operativnih ciljih, spremljevalnih aktivnosti, sodelovanja z deležniki in dobavitelji ter glede same učinkovitosti in uspešnosti projekta v vrtcih in šolah. Rezultati so prikazani glede na stanje po izvedbi projekta, vprašalnik je bil namenjen kontaktnim oziroma odgovornim osebam v vrtcu oziroma šoli.

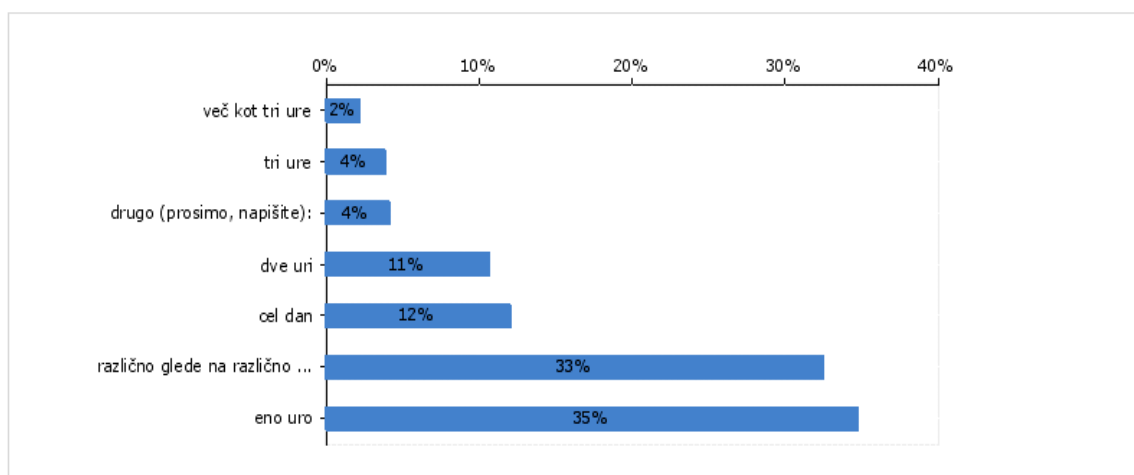
### 4.1 Vprašanja o načinu izvedbe

Šole in vrtce smo vprašali, kdaj so ponudili zajtrk otrokom oziroma učencem. 44 % šol in vrtcev je zajtrk ponudilo med prvo uro pouka oziroma vzgojno–izobraževalnih aktivnosti, pred poukom oziroma vzgojno–izobraževalnimi aktivnostmi je zajtrk ponudilo 23 % šol in vrtcev, 12 % v času rednega zajtrka, 10 % pa v času redne malice (Slika 2).



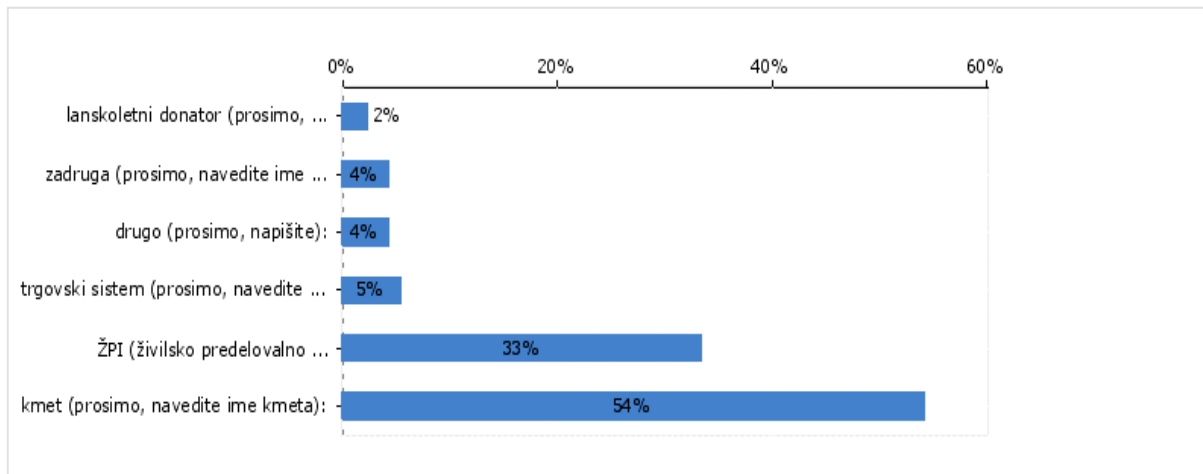
Slika 2: Delež šol in vrtcev, glede na čas ponudbe zajtrka (n=368)

V nadaljevanju smo spraševali, koliko časa so na dan izvedbe projekta vrtci in šole namenili vsebinam zajtrka. 35 % šol in vrtcev je vsebinam projekta namenila 1 uro, 2 uri je tej temi namenilo 11 % šol in vrtcev, nekaj več kot desetina šol in vrtcev (12 %) pa cel dan. 33 % šol in vrtcev je vsebinam projekta namenilo različno število ur, odvisno od starosti otrok (Slika 3).



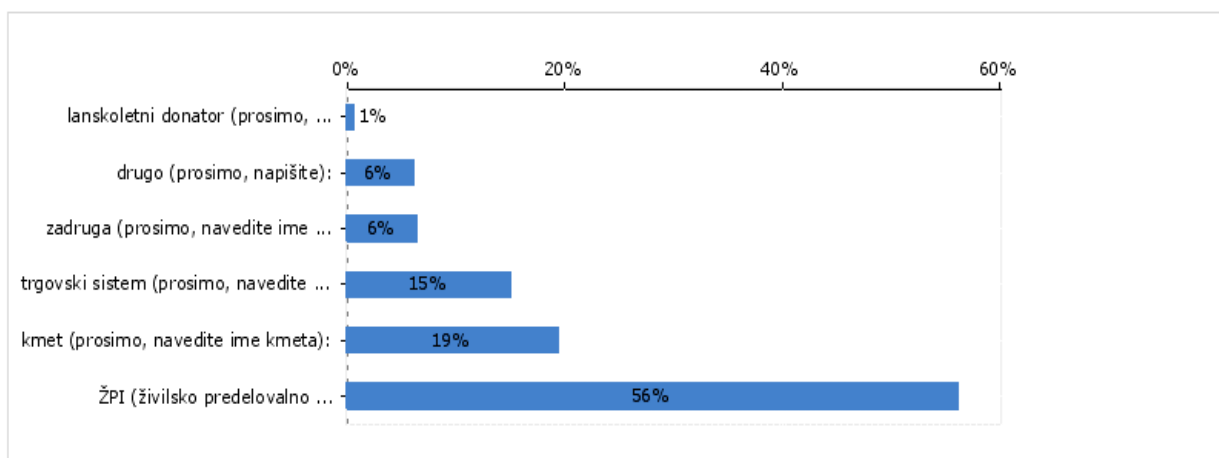
Slika 3: Delež šol in vrtcev, glede na čas, ki so ga namenili vsebinam projekta (n=366)

V nadaljevanju navajamo, kateri izmed dobaviteljev je letos šolam in vrtcem za pripravo zajtrka dostavil mleko. Več kot polovica šol in vrtcev (54 %) je mleko nabavila pri kmetu. 33 % šol in vrtcev je mleko nabavilo pri živilsko-predelovalnem podjetju, ostali pri trgovskem sistemu, zadrugi ali lanskoletnemu donatorju (Slika 4).



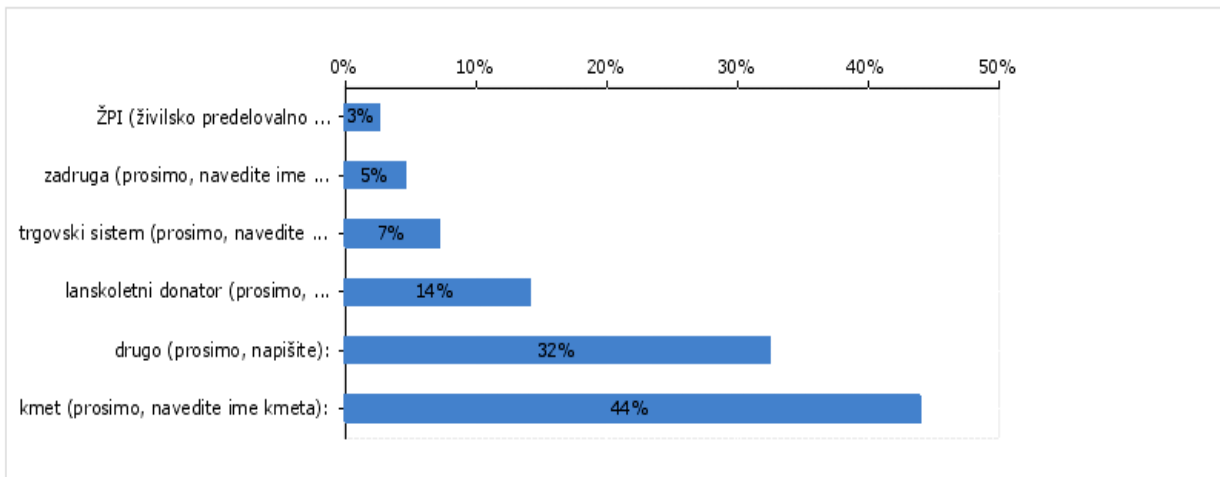
Slika 4: Delež dobaviteljev mleka za pripravo zajtrka (n=351)

V nadaljevanju navajamo, kdo od dobaviteljev je letos šolam in vrtcem za pripravo zajtrka dostavil maslo. Več kot polovica šol in vrtcev (56 %) je maslo nabavila pri živilsko-predelovalnem podjetju, 19 % šol in vrtcev je maslo nabavilo pri kmetu, 15 % pri trgovskem sistemu, ostali pri zadrugi ali lanskoletnemu donatorju (Slika 5).



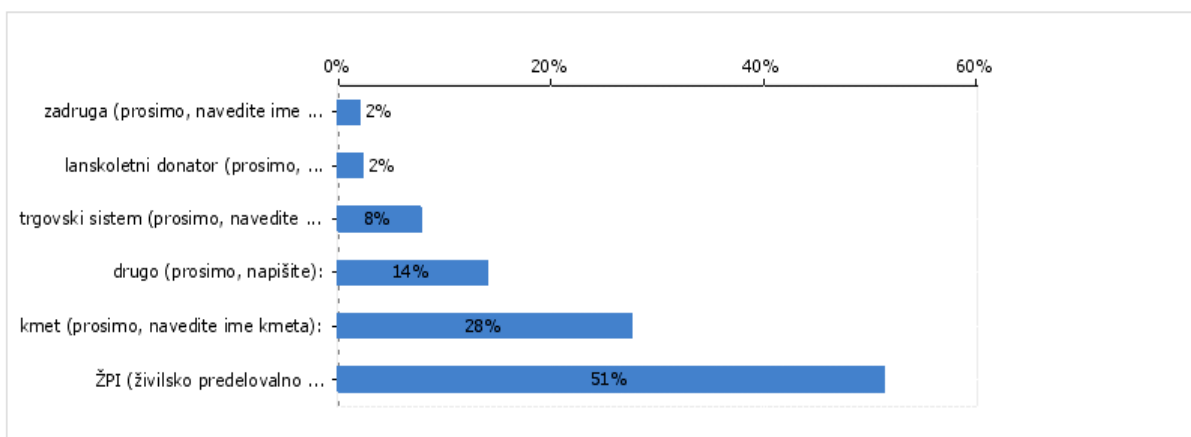
Slika 5: Delež dobaviteljev masla za pripravo zajtrka (n=346)

Zanimalo nas je tudi, kdo je letos šolam in vrtcem za pripravo zajtrka dostavil med. Kmetje so šolam in vrtcem dostavili med v 44 %, šole in vrtci so pod drugo (32 %) najpogosteje navajale čebelarje, Čebelarstvo zvezo ali lasten šolski med. Pri lanskoletnih donatorjih je med dobilo 14 % šol in vrtcev (Slika 6).



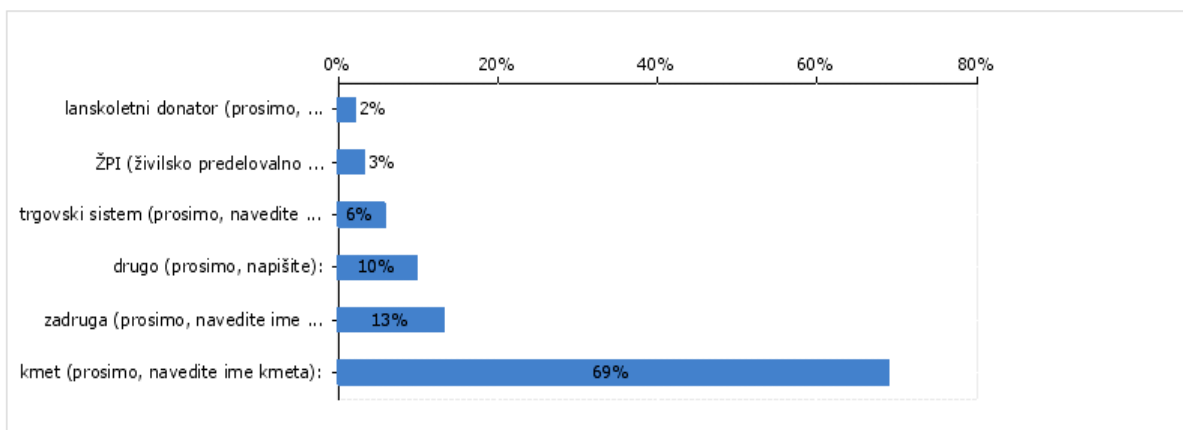
Slika 6: Delež dobaviteljev medu za pripravo zajtrka (n=348)

Zanimalo nas je tudi, kdo je letos šolam in vrtcem za pripravo zajtrka dostavil kruh. Več kot polovici šol in vrtcev (51 %) je kruh dostavilo živilsko-predelovalno podjetje. 28 % šol in vrtcev je kruh nabavilo pri kmetu. Šole in vrtci so pod drugo (14 %) najpogosteje navajale lokalne pekarnice in lastno peko domačega kruha (Slika 7).



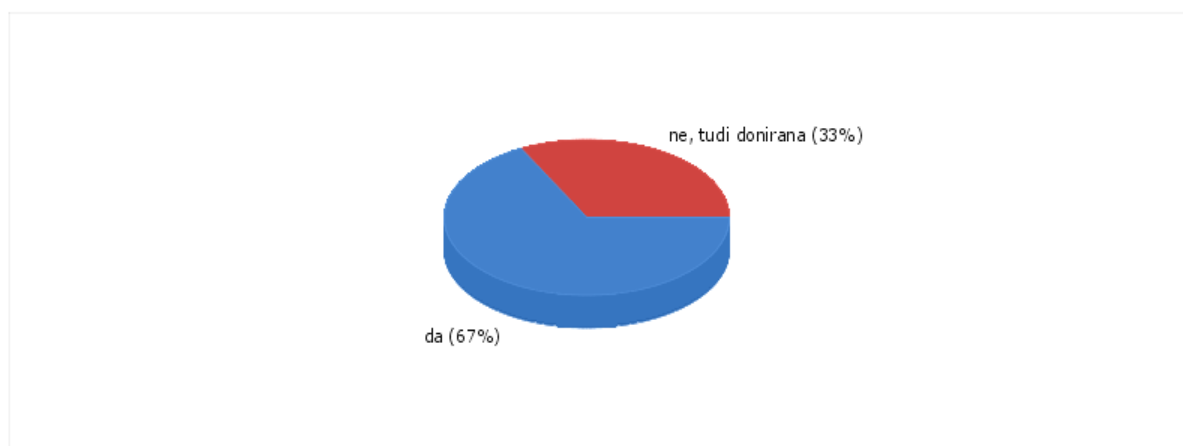
Slika 7: Delež dobaviteljev kruha za pripravo zajtrka (n=349)

Spraševali smo tudi, kdo je letos šolam in vrtcem za pripravo zajtrka dostavil sadje. 69 % šolam in vrtcev je sadje dostavil kmet, 13 % zadruga. Pod drugo (10 %) so šole in vrtci navajali Kmetijsko-gozdarski zavod, drevesnice, šolske sadovnjake (Slika 8).



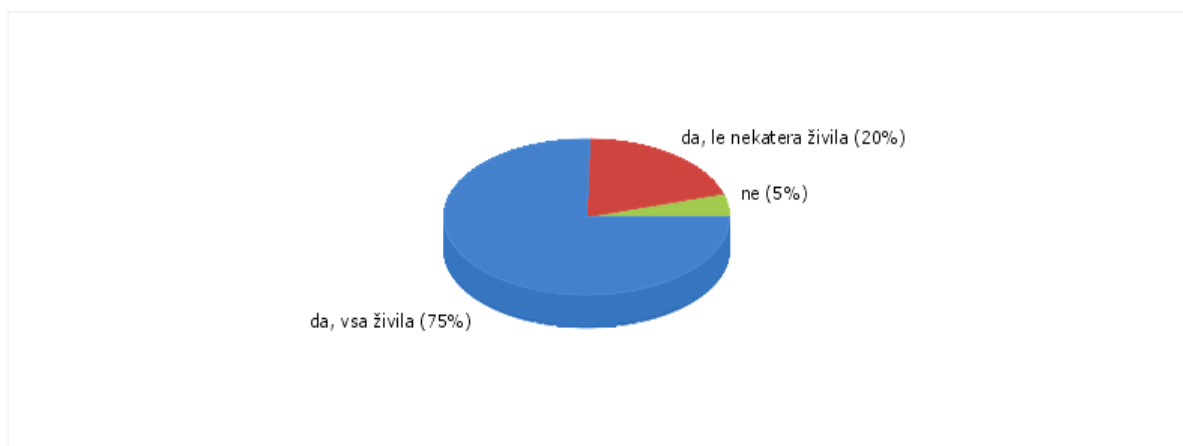
Slika 8: Delež dobaviteljev sadja za pripravo zajtrka (n=347)

Zanimalo nas je tudi, iz katerih sredstev so šole in vrtci nabavili živila za izvedbo zajtrka. 67 % šol in vrtcev je živila za izvedbo zajtrka nabavila iz sredstev Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, 33 % šol in vrtcev pa je del živil dobila tudi doniranih (Slika 9).



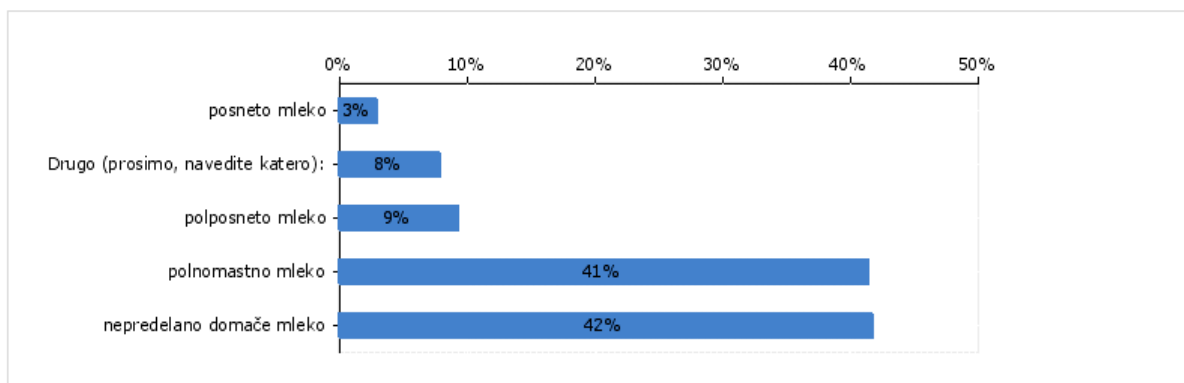
Slika 9: Delež šol in vrtcev glede na vir financiranja za nabavo živil za pripravo zajtrka (n=350)

Šole in vrtce smo vprašali tudi o načinu pakiranja nabavljenih živil. 75 % šol in vrtcev je uspela vsa živila nabaviti v večjih embalažah, 20 % šol in vrtcev je v velikih embalažah nabavila le nekatera živila, 5 % šol in vrtcev pa živil ni nabavila v večjih embalažah (Slika 10).



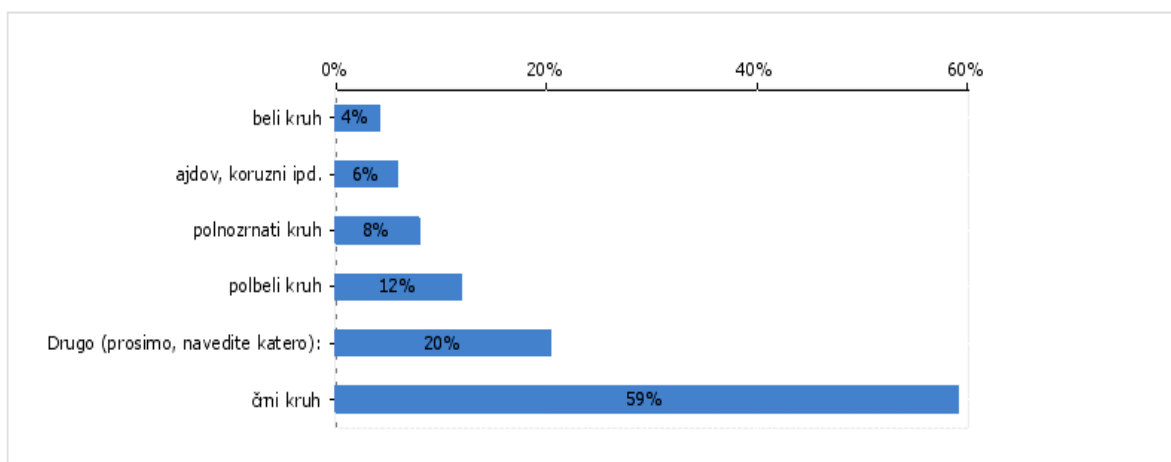
Slika 10: Delež šol in vrtcev, glede na to v kakšnih embalažah so nabavili živila za pripravo zajtrka (n = 344)

Šole in vrtce smo vprašali, katero vrsto mleka so ponudili za zajtrk. 42 % šol in vrtcev je ponudila nepredelano domače mleko, polnomastno mleko je ponudilo 41 % šol in vrtcev, 9 % pa polposneto mleko. Pod drugo (8 %) so šole in vrtci navajali predvsem ekološko oziroma bio mleko (Slika 11).



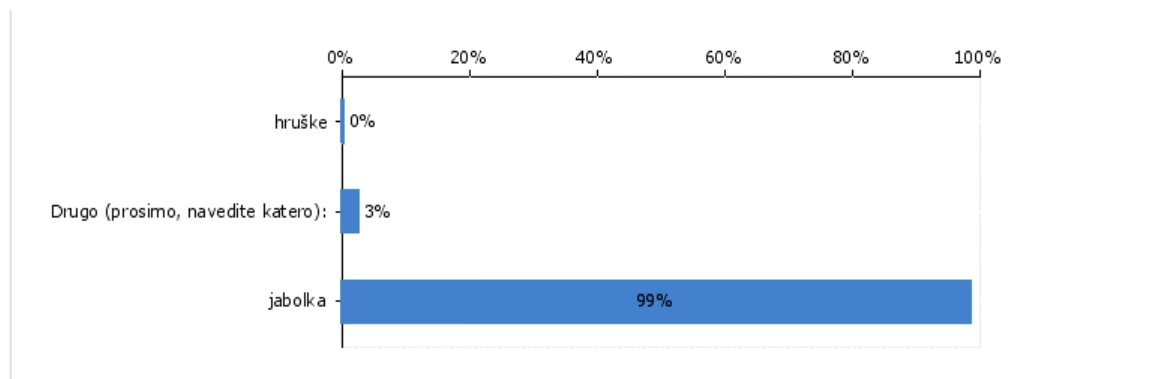
Slika 11: Delež šol in vrtcev, glede na vrsto mleka, ki so ga ponudili za zajtrk (n= 345)

Šole in vrtce smo dodatno vprašali, katero vrsto kruha so ponudili za zajtrk. Več kot polovica (59 %) šol in vrtcev je ponudila črni kruh. Pod drugo (20 %) so šole in vrtci navajali predvsem ekološki oziroma bio ajdov, pirin in koruzni kruh, 12 % šol in vrtcev je ponudilo polbeli kruh (Slika 12).



Slika 12: Delež šol in vrtcev, glede na vrsto kruha, ki so ga ponudili za zajtrk (n= 344)

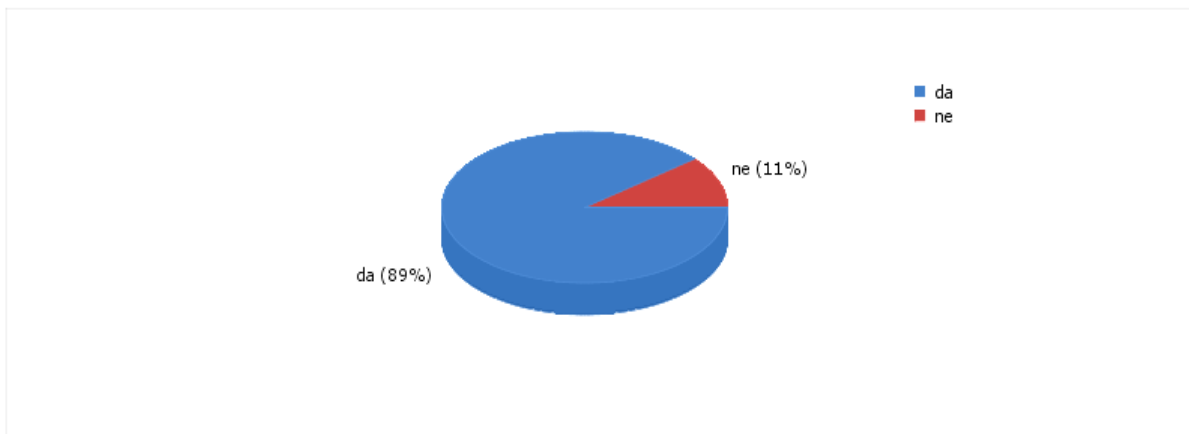
Šole in vrtce smo vprašali tudi o vrstah sadja, ki so ga ponudili za zajtrk. Skoraj vse šole in vrtci so ta dan ponudili jabolka (Slika 13).



Slika 13: Delež šol in vrtcev, glede na vrsto sadja, ki so ga ponudili pri zajtrku (n= 347)



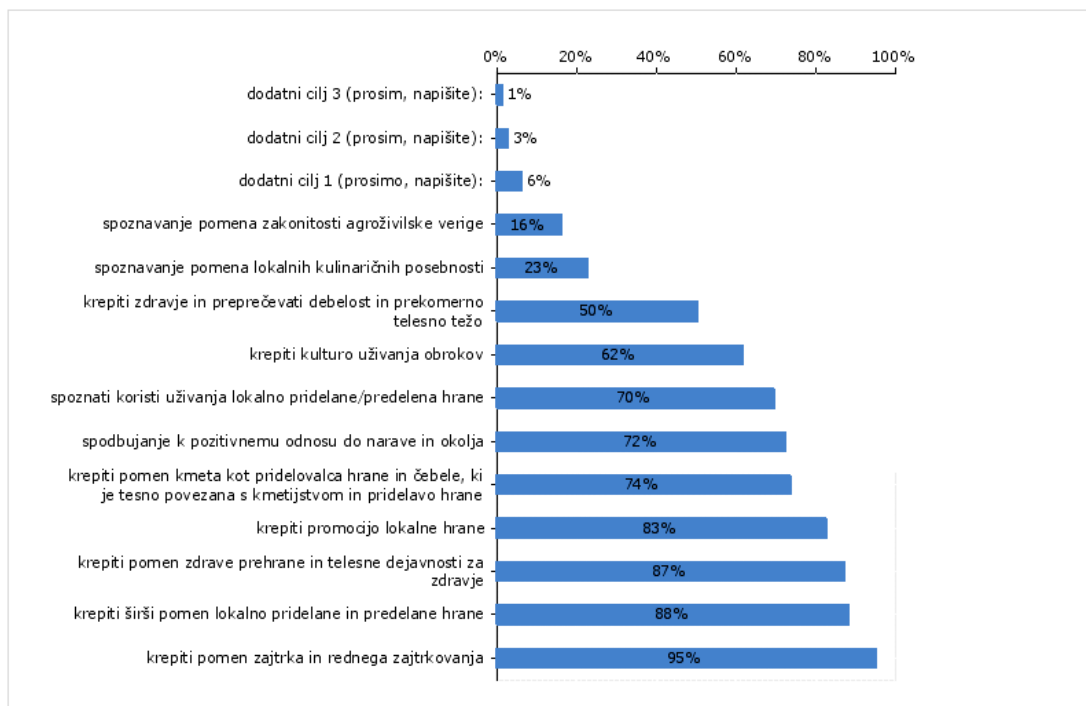
Naslednje vprašanje smo zastavili le šolam. Kar 89 % šol je vsebine projekta TSZ na dan izvedbe projekta vključilo v medpredmetno povezovanje, 11 % pa projekta niso povezovali z ostalimi predmeti (Slika 14).



Slika 14: Vključenost vsebin projekta TSZ na dan izvedbe v medpredmetno povezovanje (n = 345)

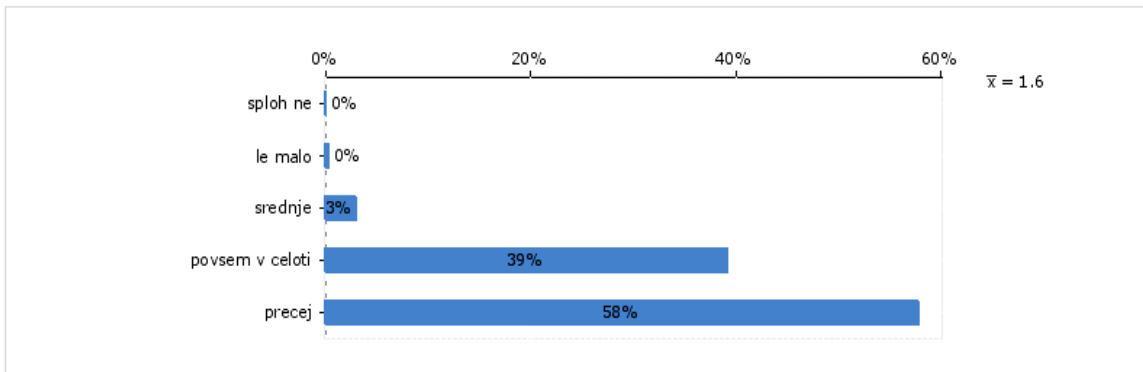
## 4.2 Vprašanja o namenu in operativnih ciljih

Eno izmed zastavljenih vprašanj v anketi se je nanašalo na namene in operativne cilje za izvedbo TSZ. V najvišjem odstotku so vrtci in šole odgovorile, da je namen projekta krepitev pomena zajtrka in rednega zajtrkovanja, krepitev širšega pomena lokalne oskrbe in krepitev pomena zdrave prehrane ter promocije lokalne hrane (Slika 15).



Slika 15. Namen in operativni cilji, ki so si jih vrtci in šole zadali s projektom TSZ (n = 345)

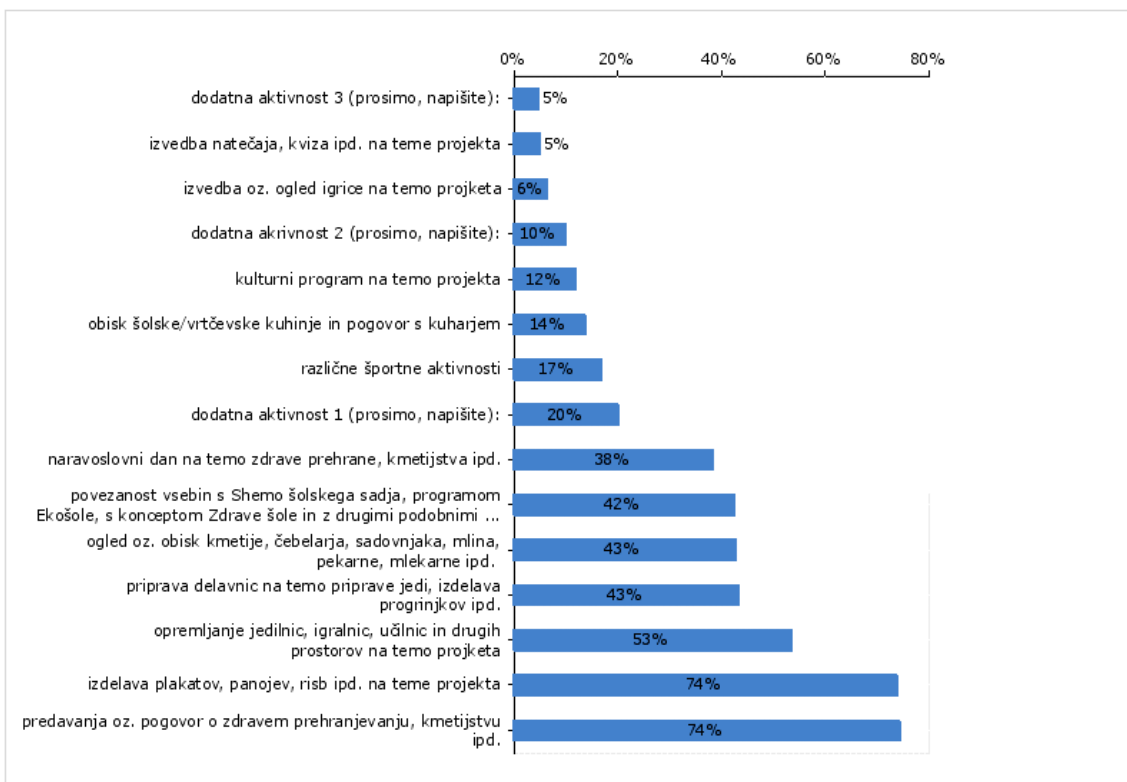
Na vprašanje, v kolikšni meri so bili doseženi zastavljeni cilji, so zavodi v 39 % odgovorili, da so bili cilji doseženi povsem v celoti, v 58 % precej in le v 3 % srednje doseženi. Šol in vrtcev, ki bi ocenili, da so cilje slabo dosegli, ni bilo (Slika 16).



Slika 16. Delež šol in vrtcev glede na različno doseganje ciljev, ki so si jih zadali (n = 345)

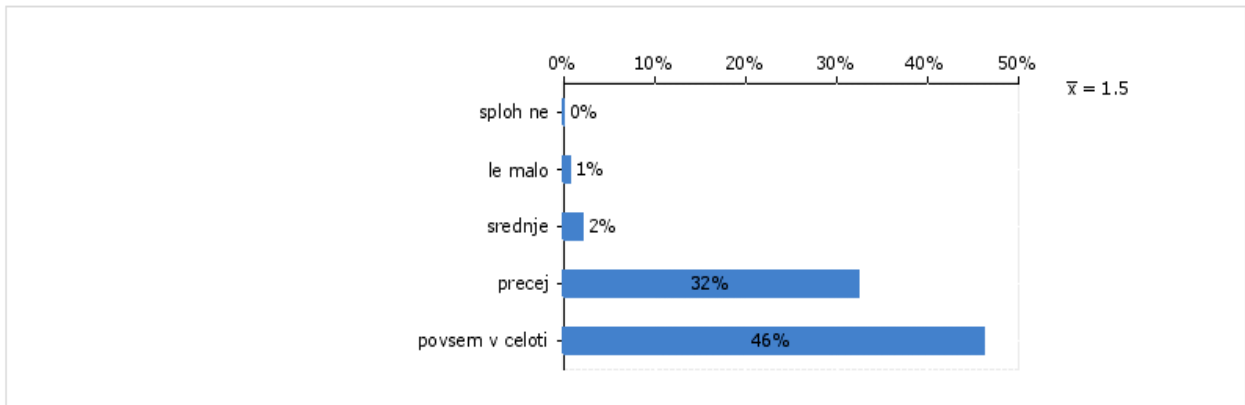
### 4.3 Vprašanja o spremljevalnih aktivnostih

V nadaljevanju smo vrtce in šole spraševali, kakšne spremljevalne dejavnosti so izvedli na dan projekta za otroke oziroma učence in druge vključene (Slika 17). Največ šol in vrtcev je poročalo, da so se pogovarjali o pomenu zajtrka, npr. za zdravje, sledila je izdelava plakatov, panojev in risb, opremljanje jedilnic in igralnic. Nekaj več kot 40 % šol in vrtcev je poročalo o izvedbi delavnic na temo priprave zdrave hrane, ogledu oziroma obisku kmetije, povezavi vsebine s Shemo šolskega sadja in izvedbi naravoslovnega dneva na temo zdrave prehrane.



Slika 17. Delež šol in vrtcev, ki so si s projektom TSZ različno zadali spremljevalne aktivnosti (n = 344)

Na vprašanje, v kolikšni meri so bile izvedene spremljevalne aktivnosti, je večina šol in vrtcev poročalo, da so bile le te izvedene precej ali povsem v celoti (Slika 18).



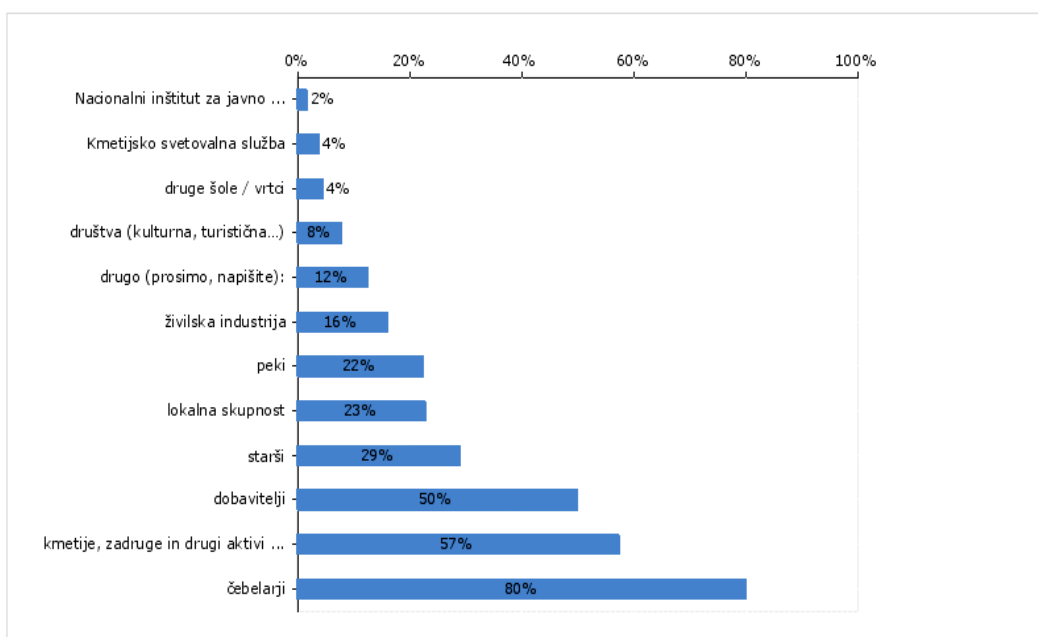
Slika 18. Pogostnost izvedbe spremljevalnih aktivnosti (n = 344)

Zanimal nas je tudi okvirni delež vseh otrok in učencev, ki so bili aktivno vključeni v projekt na dan izvedbe. Večina zavodov je poročala, da so bili skoraj vsi otroci in mladostniki aktivno vključeni v projekt na dan izvedbe, v povprečju pa je sodelovalo 92,1 % otrok.

Šole in vrtce smo povprašali tudi o okvirnem deležu vseh strokovnih delavcev, ki so bili aktivno vključeni v projekt na dan izvedbe. Vrtci in šole so poročali, da je bila večina delavcev aktivno vključena, v povprečju pa je sodelovalo 84,4 % strokovnih delavcev.

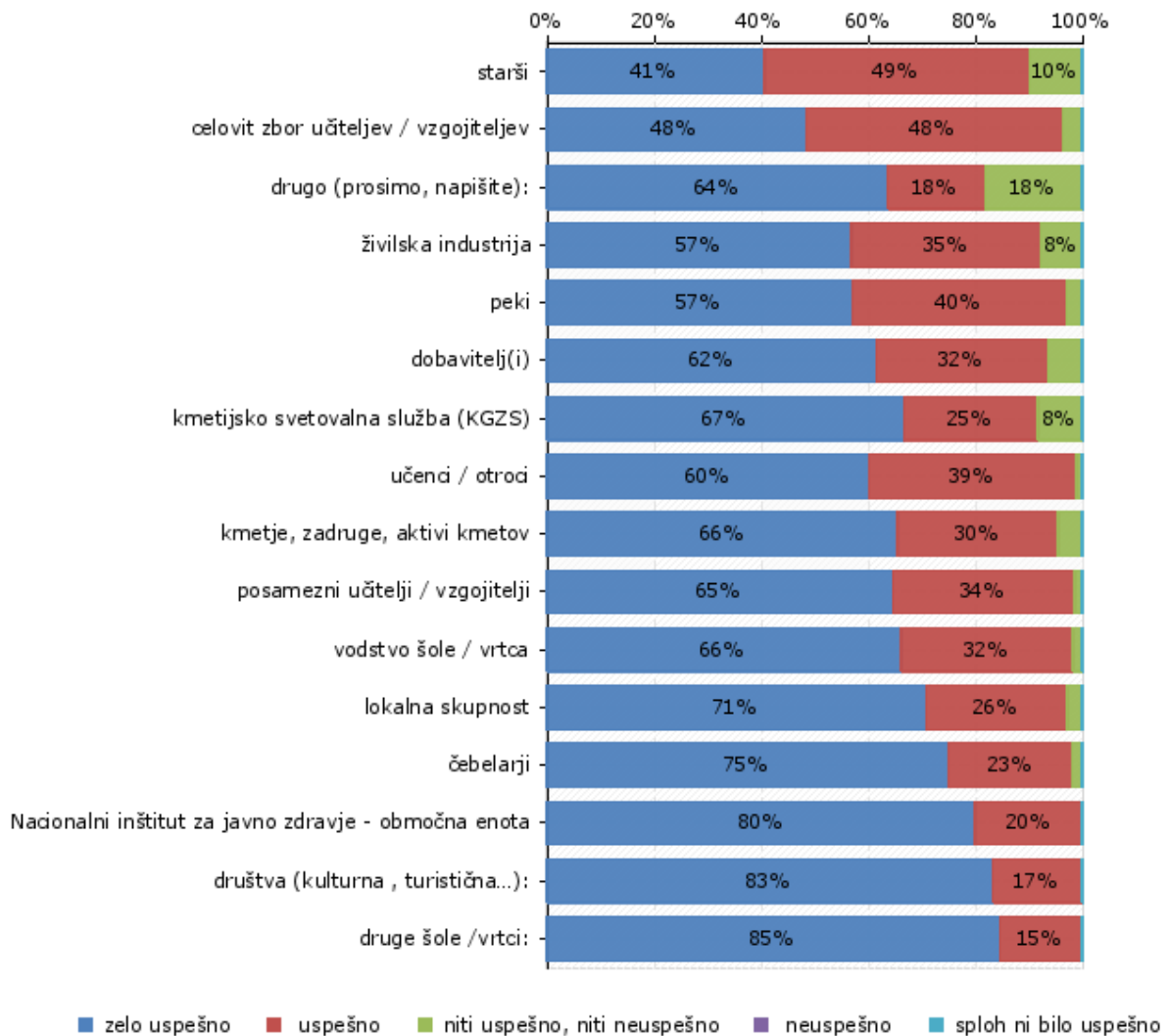
#### 4.4 Vprašanja o sodelovanju z deležniki in dobavitelji

Šole in vrtci so poročali tudi o vključevanju različnih deležnikov v projekt. Velika večina šol in vrtcev je v projektu sodelovala s čebelarji, sledilo je sodelovanje s kmetijami in zadrugami ter dobavitelji. Najmanj vrtcev in šol je sodelovalo z Nacionalnim inštitutom za javno zdravje (NIJZ), kmetijsko-svetovalno službo in drugimi šolami/vrtci ter društvi (Slika 19).



Slika 19. Vključenost posameznih deležnikov v TSZ projekt (n = 321)

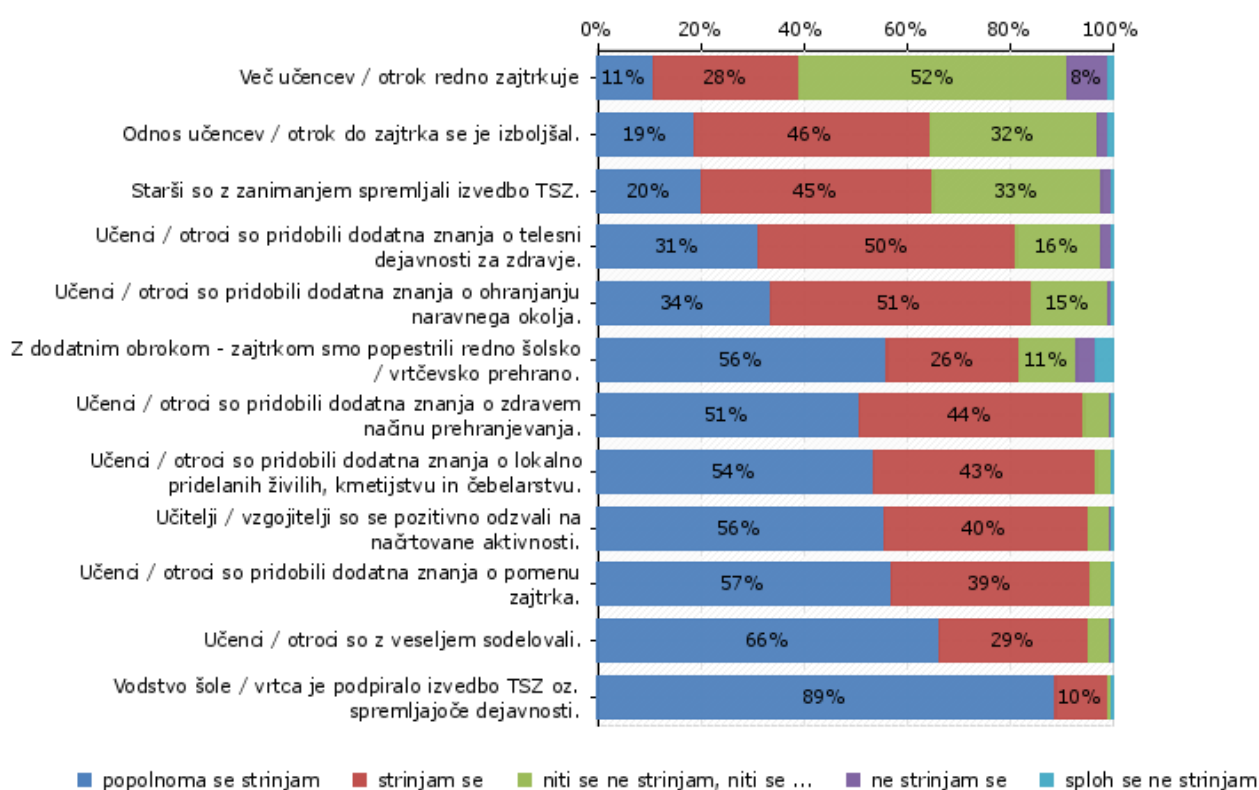
V nadaljevanju navajamo, kako uspešno je bilo po mnenju šol in vrtcev njihovo sodelovanje s posameznimi deležniki (Slika 20). V povprečju je bilo največ vrtcev in šol s sodelovanjem zadovoljnih z drugimi šolami in vrtci, društvi, predstavniki NIJZ, čebelarji, lokalno skupnostjo, vodstvom vrtca oziroma šole, posameznimi učitelji/vzgojitelji in kmetijami. Slabše, vendar še vedno zelo dobro, so vrtci in šole ocenili v povprečju sodelovanje z učenci/otroci, kmetijsko svetovalno službo, dobavitelji in peki.



Slika 20. Uspešnost sodelovanja z različnimi predstavniki v projektu (n = 340)

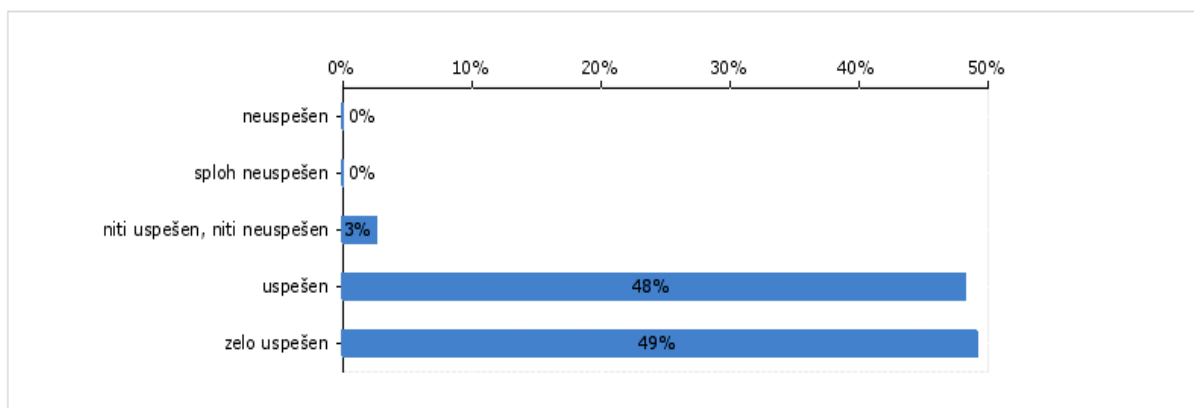
## 4.5 Vprašanja o učinkovitosti in uspešnosti projekta

Z učinkovitostjo smo skušali opredeliti zaznan napredek na nivoju otrok in prveriti, ali so otroci dobili dovolj podpore tudi od oseb v okoljih, kjer preživijo večino časa, torej pri starših, učiteljih in vzgojiteljih. Iz slike 21 je razvidno, da se je največ vrtcev in šol v povprečju najbolj strinjalo s trditvami, da je vodstvo šole/vrtca podpiralo projekt oziroma spremljajoče dejavnosti, da so otroci/učenci z veseljem sodelovali pri izvedbi projekta in da so ob tem pridobili dodatna znanja o zdravem načinu prehranjevanja. Najmanj vrtcev in šol, vendar še vedno zelo pozitivno, se je v povprečju strinjalo s trditvami, da več otrok/učencev redno zajtrkuje, da se je s projektom izboljšal odnos otrok/učencev do zajtrka, da so starši z zanimanjem spremljali izvedbo projekta in s trditvijo, da so otroci/učenci pridobili dodatna znanja o telesni dejavnosti za zdravje.



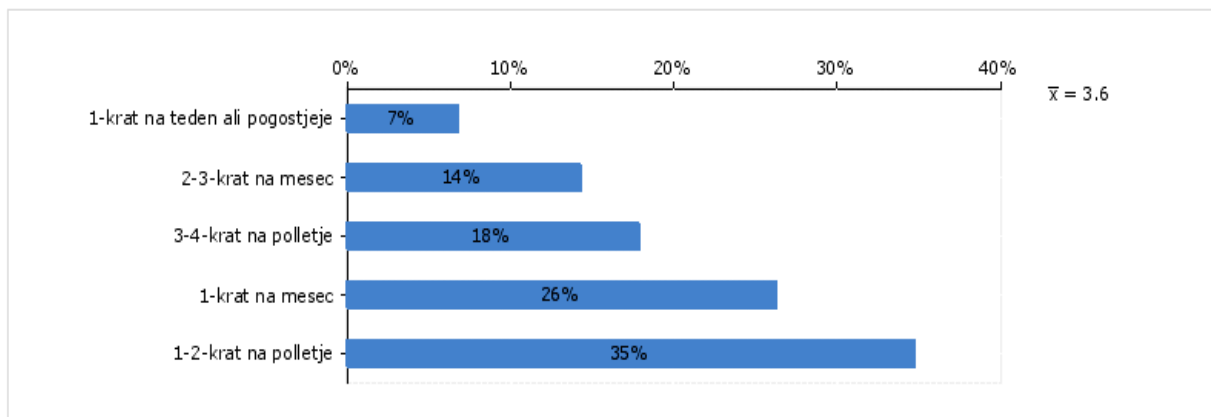
Slika 21. Mnenje vrtcev in šol o doprinosu/učinkih projekta TSZ (n=343)

Odgovorne osebe v vrtcih in šolah smo povprašali tudi, kako na splošno ocenjujejo uspešnost izvedbe projekta na njihovi šoli oziroma v vrtcu. Večina šol in vrtcev (97 %) je menilo, da je bil projekt na njihovi šoli oziroma v vrtcu izveden uspešno ali zelo uspešno. Le 3 % šol in vrtcev je menilo, da projekt ni bil niti uspešen niti neuspešen, medtem ko nobena šola ali vrtec nista ocenila projekta kot neuspešnega (Slika 22).



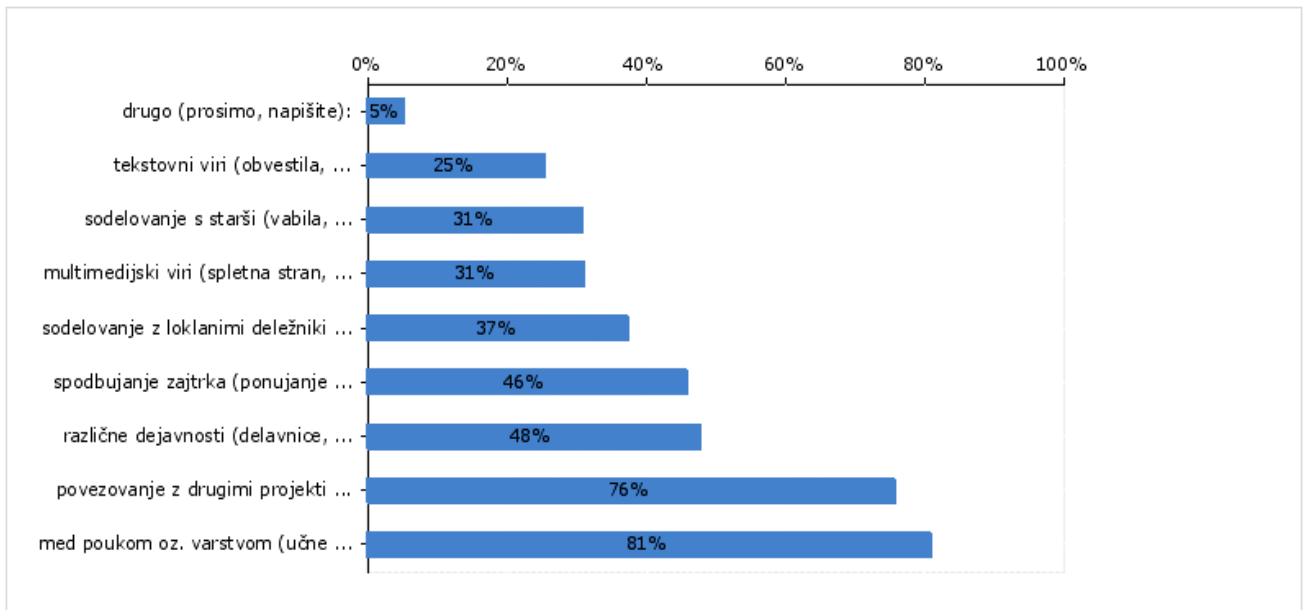
Slika 22. Mnenje šol in vrtcev o uspešnosti projekta TSZ na njihovi šoli/v vrtcu (n = 344)

Zanimalo nas je tudi, kako pogosto nameravajo vrtci in šole vsebine TSZ obravnavati tudi med letom (Slika 23). V največjem deležu (35 %) bodo vsebine v kurikulumu vključene od 2 do 4-krat v šolskem letu, v malo več kot četrtini (26 %) pa vsak mesec. V 7 % bo vsebina vključena tedensko ali pogosteje. Skoraj petina šol in vrtcev (18 %) bo vsebine obravnavala od 3 do 4-krat v polletju.



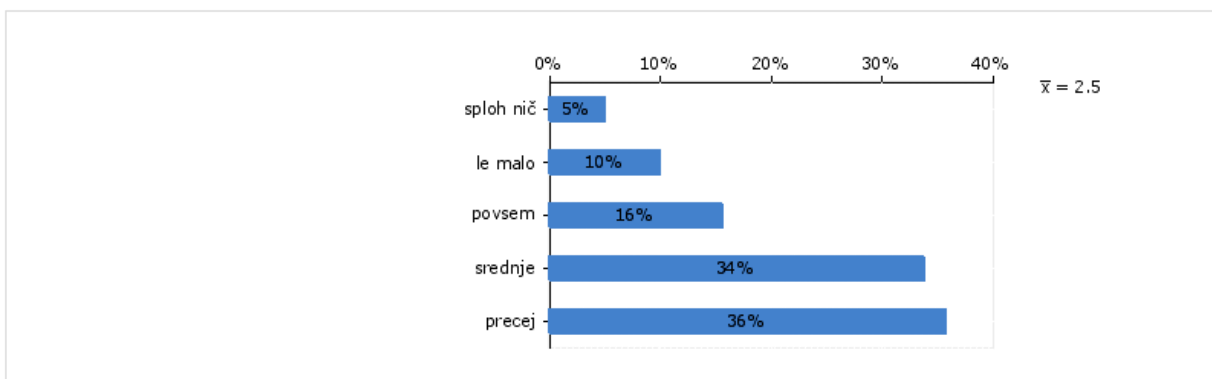
Slika 23. Pogostost obravnave vsebin TSZ med letom (n = 308)

Slika 24 podrobneje prikazuje kje in na kakšne načine so si šole in vrtci zadali kontinuirano obravnavanje tematike projekta. Največ vrtcev in šol bo temo obravnavalo med poukom in varstvom (81 %) oziroma v povezavi z drugimi podobnimi projekti (76 %), najmanj pa jih bo uspelo to uresničiti s tekstovnimi (25 %) viri. V 31 % so navedena sodelovanja s starši in multimedijški viri. V sodelovanju z lokalno skupnostjo, aktivni kmetov in drugimi lokalnimi deležniki bodo TSZ izvedli v 37 %. Pod drugo (5 %) so še poročali, da bodo te aktivnosti izvajali v sklopu šolskih vrtov, ob tednu zelenjave, v projektih s turistično zvezo ipd. Šole ob tem še navajajo, da te teme obravnavajo že sicer pri različnih predmetih (gospodinjstvo, naravoslovje, športna vzgoja ...) in predavanjih o zdravi prehrani, medtem ko vrtci poudarjajo, da je zajtrk in opozarjanje na njegov pomen že tako del njihovih vsakodnevnih dejavnosti.



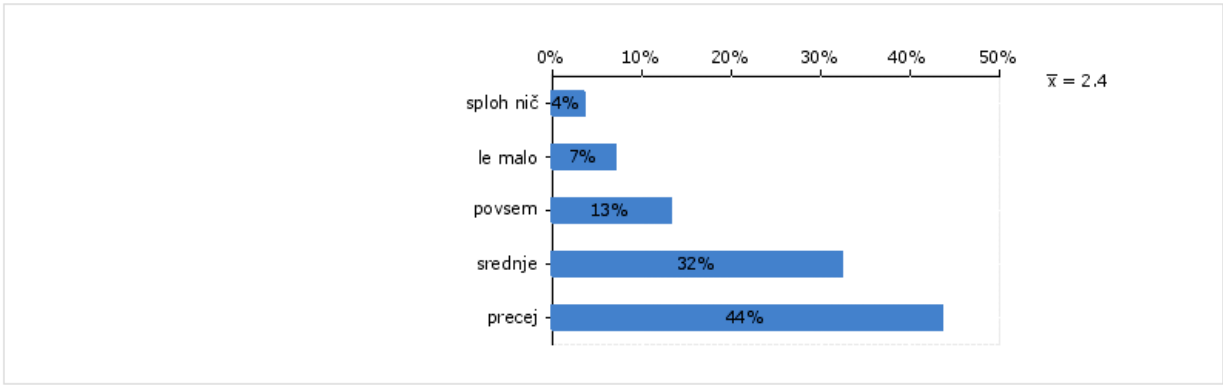
Slika 24. Način večkratne obravnave vsebin TSZ v šolskem letu (n = 308)

Na vprašanje, ali je lahko projekt TSZ v pomoč pri vključevanju lokalno pridelanih/predelanih živil, se je s to trditvijo povsem strinjalo le 16 % šol in vrtcev. Največ (70 %) jih je menilo, da ima lahko projekt precejšen oziroma srednje velik vpliv, medtem ko jih 10 % meni, da je vpliv majhen in 5 %, da le ta nima nobenega vpliva (Slika 25).



Slika 25. Prispevek projekta TSZ pri vključevanju lokalno pridelanih/predelanih živil (n = 341)

Šole in vrtce smo na koncu zaprosili, da nam podajo tudi mnenje o vplivu projekta na njihovo bodoče vključevanje lokalno pridelanih/predelanih živil. Največ šol in vrtcev (76 %) meni, da jih je projekt le precej oziroma le in do določene mere spodbudil, da bodo v prihodnje poskušali vključiti še več lokalno pridelanih/predelanih živil. 13 % jih meni, da jih je projekt povsem prepričal in bodo v prihodnje vključevali še več lokalno pridelanih/predelanih živil, medtem ko jih le 11 % meni, da projekt na njihovo delovanje v prihodnje ne bo imel vpliva ali pa bo ta le majhen (Slika 26).



Slika 26. Spodbuda projekta TSZ k še večjemu vključevanju lokalno pridelanih/predelanih živil (n = 339)



## 5. PRIPOROČILA ZA UČINKOVITEJŠE IZVAJANJE PROJEKTA

Na osnovi mnenja šol in vrtcev in izkušenj podajamo nekaj priporočil, ki bi jim morali odločevalci na nacionalni ravni, ravnatelji in pedagoški delavci nameniti dodatno pozornost:

- **Poenoteno, usmerjeno, kontinuirano in strokovno podprto delovanje.** Kontinuirana nacionalna koordinacija z rednimi informacijami, usmeritvami, strokovno podporo ter izmenjavo dobrih šolskih in vrtčevskih praks se je izkazala za učinkovit način dela. Vsakoletna nacionalna izbira vsebinske rdeče niti je nujna, da se usmerjeno, poglobljeno in poenoteno deluje na posameznih vsebinah, ki se jim daje prednost, vendar v skladu s temeljnimi cilji in vidiki projekta, ki pa se morajo medsebojno podpirati in ne izključevati. Koncept mora upoštevati tudi realne zmožnosti vzgojno-izobraževalnih zavodov in jih predvsem podpirati. Vse aktivnosti morajo biti komunikacijsko podprte (izdelan komunikacijski načrt) na različnih nivojih delovanja projekta.
- **Sistematično vključevanje vsebin projekta.** Pomena dobre ozaveščenosti in prakticiranja vsebin v vsakdanjem življenju bi se morali zavedati odločevalci projekta in skrbeti za sistematično vključevanje teh vsebin. Pri tem je pomembno pravočasno načrtovanje (opredelitve ključnih aktivnosti in ciljev vezanih na projekt v letnih delovnih načrtih - LDN-jih), kontinuirana obravnava vsebin, medpredmetno povezovanje, več strokovne podpore s strani vključenih deležnikov in inštitucij, več izdelanih konkretnih praktičnih vsebin in didaktičnih gradiv za izvajalce in uporabnike ter več znanja in veščin s teh področij. Pri tem bi imela pomembno vlogo lahko skupina pedagoških strokovnih delavcev, ki bi na podlagi določenih kriterijev ugotavljala primernost posameznih vsebin in gradiv in skrbela za njihovo širitev kot primerov dobre prakse. Spodbujati je treba aktivne oblike in metode dela ter iskati možnosti njihovega vključevanja. Učencem je treba osmisliti vsebine in jih povezati z njihovim življenjem. To pomeni, da se zadnje pripravi specifične programe ozaveščanja, informiranja in izobraževanja, ki priporočila podrobneje razlagajo, nasvete osmislijo in omogočijo razumevanje ozadja priporočil v širšem naravoslovnem ali družbenem kontekstu. Zato je pomembno, da obravnavamo le relevantna sporočila, ki morajo biti zelo jasna, razumljiva in usmerjena k njihovim specifičnim interesom in željam.
- **Zagotavljanje podpornih okolij za prakticiranje vsebin projekta.** Upoštevati in zagotoviti je treba pogoje za vzdrževanje in krepitev vsebin projekta na individualni ravni. Zato naj se v različnih okoljih (doma, v vrtcu, v šoli ...) omogoči in izboljša tudi možnost dostopa in prakticiranja teh vsebin (npr. jedilniki sestavljeni iz živil iz lokalnega okolja, obisk lokalnih sadovnjakov, ekoloških kmetij, ločevanje odpadkov, šolski vrtovi ipd.) Pri tem je zelo pomembno, da se oblikuje tim sodelavcev na šoli/vrtcu, ki konkretno načrtuje, spremlja in vrednoti zastavljene naloge/cilje, podpora vodstva, zavzetost vodje ter vključenost vseh oziroma čim večjega števila otrok/učencev, pedagoških delavcev ter staršev v procese dela na šoli/vrtcu, odprtost in še večja povezanost z lokalnim okoljem in deležniki. Še posebno pozornost bi bilo treba nameniti tudi sodelovanju oziroma motiviranju staršev in vsebinam, namenjenim prav njim.
- **Zagotavljanje** ustrezne tehnično-administrativne podpore za izvajanje projekta. Šole in vrtci si želijo bolj enostavnih administrativno-finančnih pristopov, ki jim bodo olajšali in poenostavili delo. Prav tako si želijo večjega vpliva na samo izvedbo projekta (npr. širši nabor

živil iz lokalnega okolja) in boljšega sodelovanja z državnimi inštitucijami na tem področju. Zajtrk mora postati integrirani del obstoječega sistema organizirane prehrane in pri tem upoštevati specifične vrščevske oziroma šolske prehrane ter načrtovan v skladu s smernicami zdravega prehranjevanja.

## 6. ZAKLJUČEK

Pri otrocih in mladostnikih, ki s prehranskega vidika sodijo med ranljivejšo populacijo, je pomembno, da se prehranjujejo zdravo in s kakovostnimi živili, ki so dobro kombinirana, saj prehranjevalne navade, ki se razvijajo v otroštvu in utrdijo v mladostništvu, pomembno vplivajo na izbiro živil in način prehranjevanja kasneje v življenju. Osnovni namen projekta Tradicionalni slovenski zajtrk je spodbujati in omogočiti otrokom in mladostnikom, da redno uživajo vse priporočene obroke, s poudarkom na zajtrku.

Vseslovenski projekt Tradicionalni slovenski zajtrk izvajamo tudi z namenom, da bi izboljšali zavedanje o pomenu in razlogih za lokalno samooskrbo, domačo pridelavo in predelavo ter da bi v okviru sistema javnega naročanja spodbudili aktivnosti zagotavljanja hrane, pridelane v lokalnem (slovenskem) okolju. Javnosti predstavljamo pomen kmetijstva in čebelarstva ter spodbujamo k pravilni in zdravi prehrani. Ozaveščamo o pomenu živilsko-predelovalne industrije. Posebno pozornost namenjamo tudi pomenu gibanja in ohranjanju čistega okolja. V samih ciljih projekt tako opravičuje potrebe širše družbe oziroma se sklada s cilji nacionalnih politik.

Glavno vprašanje je, ali izvajanje projekta prinaša tudi učinke oziroma ali je projekt vplival na izboljšanje obstoječega stanja. Glede na rezultate z nivoja otrok in mladostnikov lahko sklepamo pritrnilno, saj najnovejše raziskave Z zdravjem povezan vedenjski slog v šolskem obdobju (HBSC) študije V RS kažejo, da se je zvišal delež otrok in mladostnikov, ki vsak dan med tednom zajtrkujejo, nekoliko več je tudi tistih, ki vsak dan uživajo sadje oziroma zelenjavo. Ob tem so otroci in mladostniki pridobili tudi dodatna znanja o zdravem načinu prehranjevanja, o pomenu lokalno pridelane hrane, čebelarstvu in kmetijstvu nasploh.

Vsi ti pozitivni premiki so med drugim tudi posledica različnih projektov in šolskih shem, kamor sodi tudi Tradicionalni slovenski zajtrk, ki se izvaja v podporo dnevu slovenske hrane. Kljub nekaterim pozitivnim premikom imamo glede prehranjevanja in telesne dejavnosti še veliko priložnosti za izboljšanje, predvsem na nivoju spremenjenega odnosa otrok/učencev do zajtrka in na nivoju pridobitve dodatnih znanj o telesni dejavnosti za zdravje.

Zajtrk predstavlja prvi obrok v dnevu, zato je zelo pomembno, da izberemo kakovostna in hranilno bogata živila. Nekatere raziskave so pokazale, da zajtrkovanje vpliva na energijo za učinkovito delo, boljšo zbranost in lažje učenje, izognemo se pomanjkanju določenih hranilnih snovi, ki so pomembna v času rasti in razvoja, vpliva pa tudi na to, da čez dan zaužijemo manj prigrizkov, s čimer se izognemo pridobivanju odvečnih kilogramov.

Izbira kakovostnih živil, ki so ponujena ob Tradicionalnem slovenskem zajtrku je razlog, da je delovna skupina nekoliko spremenila evalvacijski vprašalnik projekta: zaradi preobsežnosti določenih vsebinsko manj pomembnih vprašanj smo le-ta izločili, dodali pa smo vprašanja o vrstah živil, ki so bile ponujene (npr. vrste kruha, mleka ...). Iz analiz o ponudbi različnih vrst živil je razvidno, da so šole in vrtci v 42 % ponudili nepredelano domače mleko, v 59 % črni kruh in le v 4% beli kruh. Od sadja so v 99 % vsi v evalvacijo vključeni vrtci in šole ponudili jabolka. Iz ponudbe živil je razbrati, da se zavodi ob obeležitvi dneva slovenske hrane trudijo, da ponujajo čim bolj kakovostna in hranilno vrednejša živila, kar kaže na doseženo uspešnost projekta.

Uspešnost se kaže tudi v tem, da je večina zavodov (89 %) vzgojno-izobraževalne vsebine projekta vključila v medpredmetno povezovanje in analiza je v nadaljevanju pokazala, da so oziroma bodo zavodi te vsebine v svoj kurikulum v veliki večini vključevali tudi večkrat letno.

Šole in vrtci so tako v največjem deležu med operativnimi cilji za izvedbo projekta zaznali krepitev pomena zajtrka in rednega zajtrkovanja ter krepitev lokalne oskrbe in promocije lokalne hrane. Zavodi v visokem deležu (97 %) ocenjujejo, da so bili zastavljeni cilji tudi doseženi, kar kaže na uspešnost in učinkovitost projekta na nivoju vključenih šol in vrtcev. Da bi jih dosegli, so tako vrtci, kot šole poročale o pestrem naboru spremljevalnih aktivnosti, najpogosteje v obliki predavanj, izdelave promocijskih gradiv in izvedbe različnih delavnic. Program je učinkovit tudi z vidika vključitve ciljne populacije, saj je v projektu na dan izvedbe aktivno sodelovala večina otrok (92 %) in večina zaposlenih (84 %).

Projekt pa je učinkovit tudi na nivoju šol in vrtcev, saj so ti poročali tudi o vključevanju številnih deležnikov v projekt. Velika večina šol in vrtcev je s projektom vzpostavila sodelovanje s čebelarji, prav tako pa tudi s kmetijami in zadrugami ter dobavitelji. Kot najbolj uspešno pa so zavodi navedli sodelovanje z drugimi šolami/vrtci, društvi in predstavniki NIJZ. Pomembno pri vrednotenju je tudi presojanje podpornega okolja in oseb, ki so za učence najpomembnejše in se po njih zgledujejo. Raziskava je pokazala, da zavodi menijo, da je vodstvo šole/vrtca podpiralo projekt oziroma spremljajoče dejavnosti in da so otroci/učenci z veseljem sodelovali pri izvedbi projekta. Rezultati tudi kažejo dobro podporo in vpetost pedagoškega kolektiva ter staršev, želijo pa si še intenzivnejšo vključevanje le-teh.

Skoraj vsi zavodi (97 %) so projekt TZS ocenili kot uspešen, saj so v večini primerov uspeli realizirati svoje zastavljene cilje in se povezati z lokalnimi deležniki. Visok delež šol in vrtcev (76 %) meni, da jih je projekt precej in do določene mere spodbudil, da bodo v prihodnje poskušali vključiti še več lokalno pridelanih/predelanih živil. Ugotavljamo pa tudi, da so vzgojno-izobraževalni zavodi, ki zahtevkov za povrnitev stroškov z nabavo živil niso vložili, projekt z organizacijo zajtrka pa v resnici praviloma izvedli. Kot razlog zakaj zahtevkov niso vložili so najpogosteje navajali relativno majhne stroške zaradi majhnega števila vključenih otrok in izvedbo projekta v času dopoldanske malice. V vrtcih pa so navajali še prezahtevnost administrativno-finančnih postopkov projekta.

Prehrana in telesna dejavnost sta soodvisna dejavnika, visoko na lestvici prednostnih tem Svetovne zdravstvene organizacije (SZO), kar dokazuje tudi sprejetje akcijskega načrta SZO za preprečevanje in obvladovanje nenalezljivih bolezni (WHO's Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2013–2020). V zadnjem desetletju se s problematiko intenzivno ukvarja celotna Evropska unija, saj bomo lahko le z učinkovitimi ukrepi za krepitev in ohranjanje zdravja bolje obvladovali breme kroničnih bolezni v dolgoživih družbah. Tega se zaveda tudi RS, kar dokazuje sprejetje Resolucije o nacionalnem programu o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje 2015–2025. Nezdravo prehranjevanje in premalo telesne dejavnosti namreč pomembno prispevata k bremenu kroničnih nenalezljivih bolezni. Kot dober primer podpore Resoluciji se v našem prostoru izvaja Tradicionalni slovenski zajtrk.

Projekt Tradicionalni slovenski zajtrk je bil v letu 2015 uspešno izveden že peto leto zapored s pomočjo medresornega in partnerskega sodelovanja, kar kaže tudi na to, da je projekt dober povezovalni mehanizem različnih inštitucij in resorjev na nacionalni ravni.

Ob tem ne smemo pozabiti, da gre največja zasluga za uspešnost izvedbe vzgojno-izobraževalnim zavodom, ki so s številčno udeležbo podrli projekt in mu dodali pomembno dodano vrednost.

## 7. VIRI

Gregorič M., Kordiš T, Zupančič Tisovec B . Tradicionalni slovenski zajtrk: Poročilo o nacionalnem projektu 2014. Pridobljeno maja 2016 s spletne strani: [http://tradicionalni-zajtrk.si/media/uploads/public/document/122-porocilo\\_tsz\\_2014\\_sl.pdf](http://tradicionalni-zajtrk.si/media/uploads/public/document/122-porocilo_tsz_2014_sl.pdf), 2015.

Gregorič M. Zajtrkovanje. V: . Jeriček Klanšček H., Roškar S., Koprivnikar H., Pucelj V., Bajt M., Zupanič T. (ur.). Neenakosti v zdravju in z zdravjem povezanih vedenjih slovenskih mladostnikov Ljubljana, Inštitut za varovanje zdravja: 2011, 157 - 165.

Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Pridobljeno maja 2016 s spletne strani: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/child-and-adolescent-health2/youth-friendly-services/health-behaviour-in-school-aged-children-hbhc2.-who-collaborative-cross-national-study-of-children-aged-1115>, 2014.

Jeriček H. in sod. Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji: izsledki mednarodne raziskave HBSC, 2014. Ljubljana. Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2015.

Kostanjevec S., Koch V. Prehransko znanje otrok in njihov odnos do zdravega načina prehranjevanja. V: Zbornik predavanj. Posvetovanje Varna in zdrava prehrana na mizi potrošnika, Ljubljana, 7. december. Ljubljana. Visoka šola za zdravstvo, 2007.

Resolucija o nacionalnem programu o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje 2015 – 2025, Pridobljeno maja 2016 s spletne strani: [http://www.mz.gov.si/si/delovna\\_podrocja\\_in\\_prioritete/javno\\_zdravje/resolucija/](http://www.mz.gov.si/si/delovna_podrocja_in_prioritete/javno_zdravje/resolucija/).

Slovenski tradicionalni zajtrk. Pridobljeno aprila 2016 s spletne strani: [http://solskilonec.si/?page\\_id=955](http://solskilonec.si/?page_id=955).

Učne vsebine. Priporočila za izvedbo učnih aktivnosti ob projektu Tradicionalni slovenski zajtrk. Pridobljeno aprila 2016 s spletne strani: [http://tradicionalni-zajtrk.si/obvestila\\_in\\_navodila/gradiva\\_in\\_povezave/ucne\\_vsebine/](http://tradicionalni-zajtrk.si/obvestila_in_navodila/gradiva_in_povezave/ucne_vsebine/).

WHO's Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2013–2020. Pridobljeno aprila 2016 s spletne strani: [http://www.who.int/nmh/events/ncd\\_action\\_plan/en/](http://www.who.int/nmh/events/ncd_action_plan/en/).

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Trubarjeva 2, 1000 Ljubljana

Telefon: + 386 1 2441 400

E-pošta: [info@nijz.si](mailto:info@nijz.si)

Gradivo je dostopno na:

<http://www.nijz.si>

