

Spoštovani starši!

Brez dvoma je vsem nam skupna želja, da vaši otroci zrastejo v zdrave in uspešne ljudi, ki se bodo zmogli in znali soočati z izzivi vsakdana. Eden od glavnih pogojev, da bo temu tako, je tudi zdrava in uravnotežena prehrana v obdobju odraščanja. Pri našem delu v zadnjih letih opažamo, da ima veliko učencev zelo neurejen režim prehranjevanja, zaradi česar je posledično tudi njihova zbranost pri pouku manjša. Ob tej priložnosti bi vas radi zgolj dobronamerno opomnili, da bo redno zajtrkovanje, pa čeprav zgolj skodelica toplega napitka in kak piškot ali košček kruha, otrokom dalo vir energije za začetek dneva in bodo tako lažje dočakali šolsko malico. Nekateri učenci se na račun izbirčnosti občasno odpovejo tudi malici, zaradi česar potem ostajajo lačni vse do kosila (v šoli ali po pouku doma). Zavedamo se, da je za nekatere učence malica občasno 'majhna', saj pridejo po malici v kuhinjo vprašat, če je še kaj na razpolago. Ko jim namesto dodatka prvotne malice, ker je ni več, ponudimo kruh ali sadje, ga večinoma zavrnejo. Ali to potem pomeni, da so RES lačni?

V jedilnici so učencem vedno na razpolago sadje in pijača (čaj ali sok), večinoma pa tudi kruh. Predvsem starejši učenci, ki ne kosijo v šoli, pogosto v času kosila vzamejo tudi več rezin kruha hkrati, da ga občasno za tiste, ki so na kosilo prijavljeni, celo zmanjka. Zgodilo se je že, da smo bili primorani zaradi takih slučajev kruh tudi umakniti, da smo ga lahko ponudili učencem, naročenim na kosilo, katerim kruh prvotno pripada.

Tudi pri kosilu opažamo, da nekateri učenci svoje kosilo delijo tudi s po dvema sošolcema/sošolkama, ki na kosilo seveda niso naročeni. Veliko pa je učencev, ki v času kosila svojim sošolcem v jedilnici delajo družbo in z očmi kar požirajo hrano na sošolčevih krožnikih. Prav zato vas prosimo in vam predlagamo, da se s svojimi otroki pogovorite o tem, kako je za njihov razvoj pomembno primerno in časovno urejeno prehranjevanje. S tem, da bodo dan pričeli z zajtrkom in potem z nekajurnimi presledki nadaljevali še z malico in kosilom bodisi doma bodisi v šoli, bodo za svoje zdravje naredili največ, kar lahko.

Zavedamo se dejstva, da je strošek za šolsko prehrano za marsikateri družinski proračun precejšnja obremenitev. Vseeno pa bi vas radi spomnili, da zakonodaja omogoča družinam z nižjimi prihodki tudi do 100 % subvencioniranja prehrane, zato vas vabimo, da se pri vodstvu šole o tem pozanimajte in koristite pravice, ki vam pripadajo. Da bodo vaši otroci dobili, kar potrebujejo za uspešen razvoj.

Osnovna šola Spodnja Idrija

September, 2013