

## Beszámoló

### Szemléletformáló programok

#### Tájékoztató nap – Téli reggeli

Időpont: 2018. 12. 15.  
Helyszín: Debreceni SZC Építéstechnológiai és Műszaki Szakképző Iskolája  
4028 Debrecen, Kassai út 25.  
Létszám: 59 fő

A december közepén szervezett tájékoztató nap témája a reggeli volt. A bemeneti felmérésből kiderült, hogy sok tanuló ritkán, vagy egyáltalán nem reggelizik mielőtt elindul az iskolába. Mindezt az egyéni és csoportos foglalkozások, tanácsadások tapasztalatai is megerősítették, így kiemelten fontosnak tartottuk, hogy e téma szemléletesen, kósthatható formában is a diákok és az érdeklődő szülők elé kerüljön.

Rendhagyó módon ezen alkalomra nem kész ételeket, csupán alapanyagokat, félkész termékeket vonultattunk fel a diákok számára, akik a tájékoztató előadások alatt és után a frissen szerzett ismereteket felhasználva készíthették el saját szendvicüket, illetve választhattak különféle joghurtok, sajtok közül.

Az alapanyagok kiválasztásánál a dietetikusok ajánlását követve teljes kiörlésű, magvas, korpás, lenmagos kiflik, zömlék és kenyerek álltak a tanulók rendelkezésére. Feltétnek különféle sonkák, szalámik közül választhattak, valamint az évszaknak megfelelő zöldségekkel tehető teljessé a szendvicseket. A szendvicsek mellett akácmézzel ízesített teával biztosíthatták a tanulók a megfelelő folyadékbevitelt.

Karácsonyhoz közeledve a reggeli/tízórai elkészítése után közös kézműves foglalkozást szerveztünk a diákok számára, ahol karácsonyi díszeket, üvegmécses, üdvözlő lapot készíthettek. A közös festés, alkotás során nyílt lehetőség arra, hogy megbeszéljük, hogy a megkóstolt ételek közül melyik ízlett legjobban a diákoknak, mire kell odafigyelni a pékségben a vásárlás során. Sajnos azt tapasztaltuk, hogy a vásárlói tudatosság kevésbé van jelen a tanulók körében, ezért erre is kiemelt figyelmet kell fordítani.





EFOP-1.8.5-17-2017-00248  
„Menő ételek, egészséges gyerek”



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

**SZÉCHENYI** 2020

**Európai Unió**  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**