



NOVADI ZAĻO

Pārtikas atliekas Latvijā šobrīd veido lielu daļu jeb 30% no atkritumiem, un Eiropā vidēji trešdaļa saražotās pārtikas nonāk atkritumos, tāpēc šī problēma Eiropas Savienības dalībvalstīm jārisina, nopietni pārdomājot soļus. Lai gan visvairāk pārtikas atkritumu veidojas mājāsaimniecībās, arī izglītības iestādēs, kurās tiek nodrošināta ēdināšana, neiztikt bez šāda veida atkritumiem, jo mūsdienās skolēniem garšo ļoti atšķirīgi ēdieni, kā arī ne vienmēr uz šķīvja uzliktais tiek apēsts pilnībā.

Ir skolas, kur izēd visu

Apzinoties, ka pārtikas atkritumi izglītības iestādēs ir problēma, kas ne tikai rada vides piesārņojumu, bet arī iznīeko izmantotos resursus, kas nepieciešami pārtikas izaudzēšanā un tās nogādāšanā līdz patērētājam, Latvijas skolas un pirmsskolas, kas piedalās Latvijas ekoskolu programmā, mērķtiecīgi strādā pie šo atkritumu samazināšanas, sasniedzot ļoti labus rezultātus. Vides izglītības fonda ekoskolu un jauno vides reportieru programmas vadītājs Daniels Trukšāns teic: "Pārtikas atkritumi ir viens no virzieniem, par kuru skolai ir jādomā un jārisina."

Viena no lielākajiem izglītības iestāžu ēdinātājiem Latvijā, uzņēmuma SIA "Žaks-2", administratīvais vadītājs Jānis Meija vērtē, ka, lai gan kopumā situācija ar pārtikas atkritumiem pēc ēdināšanas reizēm iet uz labo pusi, jo to daudzums pakāpeniski samazinās, tā joprojām ir ļoti aktuāla problēma. Uzņēmuma ražošanas vadītāja, galvenā tehnoloģe Ilona Dreimane atzīst, ka situācija no skolas uz skolu atšķiras: "Ir skolas, kur šī situācija nav iepriecinoša, bet ir tādas, kur skolēni apēd visu."

Ventspils Pārventas pamatskolas ekodarba koordinatore Ilze Korna savukārt teic, ka šo tēmu skola izvēlējās aktualizēt, jo bija redzams, ka bērni bieži vien neēd pusdienas, līdz ar to viņiem līdz dienas beigām pietrūkst enerģijas, kā arī vairāk kārojas našķu. Šajā skolā, aktīvi strādājot, pārtikas atkritumi pusgada laikā tika samazināti gandrīz uz pusi – no 15,6 kg uz vienu bērnu septembrī līdz 9,6 kg janvārī. Turklāt rezultāti arvien turpina uzlaboties.

Iepazīt ēdienu pasauli

Lai samazinātu pārtikas atkritumu apmērus, vispirms jānovērš to rašanās cēloņi, izglītojot

skolēnus par ēdienu. I. Dreimane norāda, ka ēšanas tradīcijas veidojas ģimenēs, tāpēc ēdieni, kas tiek pasniegti skolas pusdienās, ne vienmēr ir bērnu iecienīti. "Ministru kabineta noteikumi nosaka normas, cik lielai ir jābūt katra produkta daļai ēdienkartē, bet tā ir pretrunā ar ēšanas tradīcijām ģimenēs, līdz ar to ir produkti, kuri visbiežāk paliek uz šķīvja un nonāk pārtikas atkritumos. Obligāta prasība ir, ka līdz ar pamatēdienu tiek pasniegta arī zupa vai deserts. Diemžēl tieši dārzenų zupas bērni ēd ļoti nelabprāt. Kad pandēmijas laikā bija pielaide, ka ēdienkartē varēja būt tikai pamatēdiens, samazinājās arī pārtikas atkritumi, turklāt bērni bija vairāk paēduši," viņa stāsta. Bet J. Meija skaidro, ka ēdinātājs katru skolu uzsver kā atsevišķu mājāsaimniecību ar savām ēšanas tradīcijām un paražām, tāpēc katra skola tiek monitorēta, lai saprastu, kas bērniem vairāk garšo, un attiecīgi pielāgotu ēdienkarti, bet to iespējams izdarīt tik, cik ļauj Ministru kabineta noteikumi.

I. Korna pastāsta: "Jāatzīst, ka nereti vecāki mājās negatavo vai gatavo pusfabrikātus, tāpēc mēs bērnu mērķtiecīgi iepazīstinām ar pārtikas produktiem un ko no tiem var pagatavot, ar ēdienu dažādību – putrām, salātiem. Mājturības stundās bērni paši gatavoja salātus – sāļus, saldus, vārīja putras, uzzināja, cik daudzveidīgus ēdienus var pagatavot no pupiņām, paši mala un cepa pupiņu kotletes. Kad sākās attālinātais process, devām uzdevumus arī mājās, piemēram, pagatavot kaut ko veselīgu, un tad iesaistījās arī vecāki. Iepazīstot ēdienu daudzveidību, bērni sāka ēst arī to, kas tiek dots pusdienās. Viņi tā arī teica, ka ne reizi nebija ko tādu ēduši un viņiem šķīstis, ka tas ir negaršīgs."

Tīkmēr Cēsu pilsētas Pastariņa sākumskolas ekodarba koordinatore Ilze Ozoliņa dalās pieredzē, ka bērniem par pārtiku stāstīts no dažādiem skatpunktiem. "Izmetot ēdienu, tiek izšķērdēti ne tikai pats produkts, bet arī resursi, kas izmantoti ražošanā un lai tie nokļūtu pie mums: ūdens, enerģija, nauda, transports, cilvēku darbs," viņa stāsta. Veikusi pētījumu veikalos, no kurām valstīm pie mums tiek atvesti augļi un dārzeņi. Noskaidrojuši, cik tāls ir pārtikas ceļš un kāda atšķirība to cenās. Tapusi liela, uzskatāma karte, un skolēni stundās diskutējuši arī par to, cik un kādu profesiju cilvēki varētu būt iesaistīti, lai mūsu galdā nonāktu augļi no Latvijas vai kādas tālākas zemes.

"Lai saprastu, cik liels darbs jāiegulda, kaut ko pagatavojot un pie viena domājot par pār-

Ja porciju uzliek pats, TAD VISU IZĒD



Bērni mūsdienās ir gan ar atšķirīgām gaumēm uz ēdienu, gan dažādām veselības prasībām pret pārtikas produktiem, tāpēc pabarot viņus skolās un bērnudārzos tā, lai pārtika nav jāizmet, ir īsts izaicinājums. Viens no trikiem – iesaistīt viņus pašus ēdiena pagatavošanā.

UZZIŅAI

Metodiskā materiāla "Samazini pārtikas atkritumus savā skolā" veidotāji vērtē, ka pēc Centrālās statistikas pārvaldes datiem 2016. gadā skolās mācījās 213 357, pirmsskolā 92 025 un arodskolās 27 938 audzēkņus. Vispārīzglītojošajās skolās audzēkņus mācīja gandrīz 29 330 pedagogi. Aptuveni rēķinot, kilograms gatava ēdiena skolā izmaksā divus eiro. Ja gadā uz bērnu atkritumos nonāk 50–20 kg ēdiena (mērījumi skolās un bērnudārzos), tātad būtībā miskastē tiek izmesti 10–30 miljoni eiro.

Ir mācību iestādes, kurās, piedomājot pie atkritumu samazināšanas, izdevies ievērojami – vairāk nekā uz pusi – samazināt audzēkņu neapēstā un izmestā ēdiena daudzumu. Citviet, rēķinot uz vienu audzēkni gadā, atkritumos vairs nonāk tikai 10 kg ēdiena un pat vēl mazāk.

tikas nozīmi veselības stiprināšanā, rīkojām konkursu "Mana veselīgākā recepte". Receptes tika zīmētas, rakstītas, aprēķināts produktu daudzums. Pēc izvērtēšanas klasē divus labākos izvirzīja uz skolas pavāru šovu "Gatavo veselīgi bez uguns". Bērni pārliecinājās, cik daudz resursu jāiegulda gatavojot un ka nebūtu patīkami, ja to pēc tam izmestu ārā," atklāj I. Ozoliņa.

Pašu izvēlēta porcija

Gan izglītības iestādes, gan skolu ēdinātājs atzīst, ka ļoti būtiska pārtikas atkritumu samazināšanā ir iespēja bērnam pašam izvēlēties, cik daudz ēdiena viņš uzliks uz sava šķīvja. I. Ozoliņa teic, ka pēc skolas renovācijas 2018. gadā ēdnīcā ir pašapkalpošanās lete: "Ēdien-

kartē ir iekļauti arī divu veidu salāti, veģetārie ēdieni. Katram ir iespēja izvēlēties un uzlikt savu porciju. Mūsu uzdevums iemācīt bērniem, lai uzlikt tik, cik var apēst. Sākumā tas nav viegli, to iemācās ar laiku. Lieli palīgi ir Ekopadomes bērni, viņi sagatavo atgādnēs, pieliek redzamā vietā, rīko akcijas "Tukšais šķīvis". Esam veselu nedēļu veikuši pārtikas atkritumu auditu. Bērni skatījās, atgādināja, ja vēlēties, varēsi uzlikt otrreiz, lai neuzlikt porciju par daudz. Pēc tam katru dienu kopā ar saimniecēm neizēstos pārtikas atkritumus nosvēra un aprēķināja vidējo neapēstās pārtikas daudzumu nedēļā. Iznāca katram divas ēdamkarotes."

Arī Ventspilī ieviests princips, ka bērni paši var likt sev vēlamo porciju. "Pirmajās klasēs sā-

kumā audzinātājs palīdzēja, bet ātri vien palīdzība vairs nebija nepieciešama. Tāpat runājām ar ēdinātājiem par to zupu gatavošanu, ko bērni ēd. Bērniem ļoti garšo biešu zupas, borščs, tāpat arī skābeņu zupa. Ļoti garšo pankūkas, tāpat arī plovcs," stāsta I. Korna. Tīkmēr Cēsu pilsētas Pastariņa sākumskolā visieciņtākā ir soļanka.

I. Dreimane komentē: "Lieliski strādā zviedru līnijas jeb zviedru galda princips, kas palīdz samazināt pārtikas atkritumus līdz pat 90%. Ir skolas, kur šādu pieeju esam ieviesuši, bērni paši izvēlas ēdienu un uzlikt atbilstošu porciju. Būtiski, ka ir izvēles iespēja – skolēns var izvēlēties – ēst kartupeļus, makaronus vai griķus. Arī salātus var izvēlēties vairāku veidu. Tomēr, lai šādas iekārtas uzstādītu, nepieciešams lielāks finansējums, par ko esam runājuši nepārtraukti, bet netiekam sadzirdēti. Līdz ar to esam spiesti strādāt ar iekārtām, kas mums ir šobrīd. Ir pašvaldības, kuras atvēl papildu finansējumu, tad situācija ir labāka." J. Meija piebilst: "Zaļā domāšana mūsos ir, mēs domājam, kā pilnveidoties, iet līdzī laikam, un vēlamies investēt modernās tehnoloģijās. Un zviedru līnija ir viens no būtiskākajiem faktoriem, kā tūlītēji panākt gan būtisku atkritumu apjoma samazināšanu, gan arī – pats svarīgākais – uzlabot klientu apmierinātību, jo apmierināti ir gan bērni, gan līdz ar to viņu vecāki, tāpat arī skolas administrācija. Citās valstīs šāds ēdināšanas princips jau strādā, un arī mums būtu laiks tādu beidzot ieviest – tam nepieciešams lielāks finansējums ēdinātājiem, kā arī izmaiņas Ministru kabineta noteikumos, lai būtu iespēja variēt konkrētās ēdienreizes produktiem."

Skaidri redzams, ka, lai samazinātu pārtikas atkritumus skolās, svarīga ir visu iesaistīto pušu sadarbība un ieinteresētība. Skolu pārstāves teic, ka darbs pie šādas tēmas sniedz arī plašāku ieguvumu. "Pricējāmies, ka bērni ir tie, kuri savas zināšanas un paradumus iemāca un ienes savās mājās, ģimenēs," saka cēsīniece. Savukārt Ventspils pārstāve vērtē: "Ieguvums ir ne tikai mazāk atkritumu, bet arī tas, ka bērni iepazīst ēdienu daudzveidību, prot veselīgi pagatavot, turklāt, ēdot veselīgāk, mazāk našķojas, tādējādi rūpējoties par savu veselību ilgttermiņā."



**Latvijas
vides
aizsardzības
fonds**

Materiāls tapis ar Latvijas Vides aizsardzības fonda finansiālu atbalstu. Par publikāciju saturu atbild SIA „Kurzemes Vārds” un reģionālās izdevniecības