

Dragi učenici i roditelji,

Osnovna škola Bol uključila se u projekt "Mi jedemo odgovorno", čiji je cilj osvijestiti djecu o važnosti odgovorne prehrane. Za potrebe projekta zamolili bismo vas za pomoć u analizi konzumiranja hrane u kućanstvima.

Upitnik koji držite u rukama je veoma važan za naš rad. Nadamo se da ćemo tako dobiti sliku kako sad izgleda prehrana u našim domovima. A ta informacija će nam pomoći pri izradi našeg Akcijskog plana.

Svi upitnici su anonimni, a rezultati će se upotrijebiti samo u svrhu planiranja naših aktivnosti.

Ispod svakog pitanja nalaze se upute kako na njih odgovoriti. Na početku obrasca nalaze se osnovne upute o tome tko bi u idealnom slučaju trebao popuniti obrazac.

Pitanja označena ljubičastom bojom upućena su izravno učenicima koji bi na njih trebali odgovoriti. Ako se pitanja odnose na cijelu obitelj (kupovina, kuhanje i obrada hrane), najbolje je da se učenici prilikom ispunjavanja savjetuju sa roditeljima.

Unaprijed Vam se zahvaljujemo.

1. Gdje nabavljate vašu hranu.

Za svaki izvor, naznačite koliko ga koristite kroz ljestvicu od 1 do 4 gdje 1 znači „nikada“, a 4 „uvijek“.

	1 nikada	2	3	4 uvijek
a) Kupujemo hranu u trgovini.				
b) Kupujemo hranu na tržnicama od poljoprivrednika.				
c) Izravno kupujemo hranu od proizvođača/poljoprivrednika.				
d) Uzgajamo našu vlastitu hranu.				

2. Ako ste napisali da uzgajate vlastitu hranu, molimo napišite koju točno hranu.

3. Kako odlučujete koju hranu kupiti?

Na ljestvici od 1 do 4 odaberite odgovor koji odgovara načinu na koji odlučujete što ćete kupiti prilikom kupovine. 1 znači "Uopće ne opisuje način na koji kupujem.", a 4 znači "Potpuno predstavlja način na koji kupujem"

	1	2	3	4
Obraćamo pažnju na cijene tako da platimo što je manje moguće.				
Kupujemo hranu ovisno o tome što nam se u tom trenutku jede.				
Kupujem hranu temeljem zemlje porijekla tako da je što je moguće više lokalna (uzgojena što je moguće bliže mjestu prodaje).				
Kupujem hranu označenu kao poštena trgovina ili organsko.				
Kupujem hranu bez obzira na vizualni izgled (npr. Izgužvano pakiranje, grbave mrkve ili krastavci, itd.)				
Kupujem hranu koja ne sadržava palmino ulje ako je dostupna.				
Kada kupujem voće i povrće preferiram ono sezonsko (ono koje sada ovdje raste i dozrijeva).				

4. Koliko često jedete kod kuće sljedeće namirnice?

	Svaki dan	Svaki drugi dan	Jednom do dva puta tjedno	Rijetko
a) meso ili mesne prerađevine (uklj. šunku, slaninu, hrenovke, mast, itd.)				
b) povrće				
c) voće				
d) gotova jela (smrznuta pizza, instant jela, kocke za juhu i slično)				

5. Djeco, upišite koliko često na tjedan doručkujete...:

	Svaki dan	Svaki drugi dan	2 – 3 puta na tjedan	Rjeđe
...kod kuće.				
...na putu do škole u trgovini.				
...na putu do škole u restoranu brze prehrane				
...kupljeno u školskoj kantini.				
...pripremljeno u školskoj kuhinji.				

6. Koliko često odlazite u restorane brze prehrane:

	Svaki dan	Svaki drugi dan	Jednom do dva puta na tjedan	Rjeđe
a) sami?				
b) s prijateljima?				
c) s roditeljima?				

7. Birate li hranu ovisno o tome što je sezonsko u Hrvatskoj? Primjerice u proljeće jedete trešnje, a na jesen kuhate s kupusom, itd.?

Označite jedan prikladan odgovor.

Definitivno ne	
Radije ne	
Radije da	
Definitivno da	



8. Djeco, znate li nešto skuhati?

Odaberite prikladan odgovor.

Da		Ako da, što? _____
Ne		_____

9. Gdje je pripremljena hrana koju jedete ili koristite za kuhanje kod kuće?

Zapišite hranu koju ste jeli kod kuće i njezino porijeklo. Za inspiraciju koristite siva polja dolje.

Vrsta hrane	Zemlja iz koje hrana dolazi			Dolazi li hrana izravno iz lokalnog OPG-a ili iz vašeg vrta?
	 Hrvatska	 Europa	Svijet (dodajte kontinent s kojeg hrana dolazi)	
Grožđe				DA - NE
Češnjak				DA - NE
Sir				DA - NE
				DA - NE
				DA - NE

10. Koliko često bacate neiskorištenu hranu kod kuće?*Označite jedan odgovor koji najbolje odgovara stvarnosti.*

Svakodnevno	
Svaki drugi dan	
Jednom do dva puta tjedno	
Rjeđe	

11. Što radite s hranom kojoj je istekao rok trajanja?*Označite jedan odgovor koji najbolje odgovara stvarnosti.*

Mi je automatski bacamo.	
Dio bacamo, s ostatak dajemo životinjama.	
Dio bacamo, a ono za što smatramo da je još dobro pojedemo.	
Sve konzumiramo, ne obraćamo pozornost na rokove trajanja.	
Postupamo na drugi način	

12. Koji su najčešći razlozi zbog kojih kod kuće bacate neiskorištenu hranu?*Koristeći ljestvicu od 1 do 4, gdje 1 znači „nikada“, a 4 „uvijek“, odaberite odgovor koji odgovara razlogu bacanja hrane u vašem kućanstvu.*

	1 nikada	2	3	4 uvijek
Pokvari se				
Prođe joj rok trajanja				
Kuhamo previše i ima ostataka				
Nitko ju više ne želi jesti				
Desi se nezgoda (padne na pod, izgori)				

13. Koliko članova ima vaša obitelj? _____**14. Što mislite koliko promjenama u područjima na koja je usmjeren upitnik možemo utjecati na globalne promjene u svijetu?***Označite kućicu iza odgovora koji je istovjetan vašem mišljenju.*

<i>Promjenama u područjima na koja je usmjeren upitnik:</i>	ne možemo uopće utjecati na promjene u svijetu	
	možemo neznatno utjecati na promjene u svijetu	
	možemo potaknuti male promjene u svijetu	
	možemo snažno utjecati na promjene u svijetu	