

mevid

# Legyél te is szuperhős!

*Szupererő a tányéron*



[mevid@mevid.hu](mailto:mevid@mevid.hu)

[rendezveny@mevid.hu](mailto:rendezveny@mevid.hu)

[www.mevid.hu](http://www.mevid.hu)

# Miről szól a jelenlegi kezdeményezésünk?

- A korábban behozott újdonságot és a menzához kapcsolódó érdekességeket szeretnénk tovább vinni.
- Megmutatja a gyerekeknek, hogy az **egészséges is lehet finom**, és ízletes.
- A **nyitottságot** szeretnénk a gyerekeknél elérni.
- Az adott hónap tematikája szerinti **az alapanyagokkal** szeretnénk megismertetni őket – a tematikának megfelelően heti kettő étel szerepel az étlapon.
- **Megismerteti** a gyerekeket azzal, hogy mit esznek és ez milyen hatással van a szervezetükre – miből nyerhetnek **szupererőt**.
- Mindezt úgy, hogy az **EMMI rendeletet** és annak fontosságát is bemutatjuk, számukra **érthető módon**.
- Fókusz, hogy **tudatosságra** nevelje a gyermekeket, mindezt az ő nyelvükön – **ismerd meg, mit eszel!**



## A projekt kulcsszavai

**TUDATOSSÁG TÁPANYAGOK**  
**EGÉSZSÉGES ELÉGEDETTSÉG**  
**EGÉSZSÉGES TUDJÁ ÉS ÉRTSE**

**SZUPERERŐ**  
**EMMI**  
**RENDELET**  
**VÁLTOZÁTOSSÁG MINŐSÉG**  
**ALAPANYAGOK**



# Céljaink

## Célunk a minőségi és tudatos étkezés megalkotása a közétkeztetésben

- Az előző nevelésiévben a Nemzetiségi napok kezdeményezésünkkel igyekeztünk a **minőséget** továbbfejleszteni – a kínálat változatosságát növelni
- Ezt szeretnénk fenntartani – 2023/2024-ben **76 új ételt** vezettünk be az étlapra, idén is ezt célozzuk meg
- 2024/2025-ös tanévben a tudatosságot is szeretnénk a gyermekekben erősíteni.
- Célunk, hogy a gyermek tudja, hogy mit eszik és értse, hogy annak milyen hatása van a szervezetére.
- Az **EMMI rendelet** megismertetése játékosan, közérthetően az ő nyelvükön
- Célunk a bevonódás és az érdeklődés felkeltése a kampányunkkal





# Miért jók a tematikus hónapok a gyerekeknek?

- *Szupererő a tányéron – Legyél te is szuperhős!*
- A program érdekességekkel tűzdelve, játékosan próbálja megismertetni a gyerekekkel
  - az **egészséges** étkezést,
  - **tudatosságra** nevel, és
  - az EMMI rendelet vonatkozásait is megérteti – *pl. miért csak egy héten egyszer ehetnek tésztát*
- Új és hasznos információkat tudhatnak meg az alapanyagokról, ételekről, a testükről és a világról.  
– mindemellett szupererőket szerezhetnek
  - Megtudhatja, mi a különbség a teljeskiőrlésű és a normál búza között
  - Gyümölcsök = vitaminok, rostok – **szuperhős pajzs**, tejtermékek = kalcium forrás – **törhetetlen csontok** stb.



# Miért jók a tematikus hónapok a szülőknek?

- **Elégedett gyermek, elégedett szülő** – a szülő a befizetett pénzéért minőséget és változatosságot kap.
- A gyermeke napközbeni étkezése biztosan **tartalmaz** minden olyan **szükséges alapanyagot**, amelyre a szervezetének szüksége van.
- Gyermeke tudatos felnőtt lesz, aki érti az étkezés és a jól lét összefüggéseit.
- A gyermeke szívesen megy be az étkezőkbe, szívesen eszi meg az étleket, amelyeket kap – nem vész kárba a befizetett összeg.



# Mit szeretnénk üzeni a gyerekeknek és a szüleiknek?

- **A különböző tápanyagok fontosak**, és mindegyik másként hat a szervezetre – és mindre szükségünk van!
- Tanuld meg, melyik mire jó és hogyan hat a szervezetedre! – Pl. kalciumtól erősek lesznek a csontjaid!
- Az **egészséges is lehet finom**, és a finom is egészséges
- A megfelelő tápanyagokkal jobban megy a tanulás
- A szupererőd a tányérodon van! – Vitaminok, tápanyagok stb. formájában
- **A menza valóban finom, ízletes és változatos!**



# Hogyan szeretnénk kommunikálni mindezt?

- **Online felületeken** – hogy elérjük a szülőket is, és tisztában legyenek azzal, hogy mi történik az iskolai étkezőkben
  - érdekes, „tudtad-e”, informáló posztokkal, színes, figyelemfelkeltő grafikai anyagokkal. *A célunk, hogy elérjen a szülőkhöz az információ, és beszéljenek róla gyermekükkel.*
- **Offline módon** – hogy a gyermeket elérjük a digitális zajban. Plakátokkal, szórólappal – *amelyre külön aktivitást tervezünk*, - és kollégák segítségével.
- A tematika szerint, **havonta megújuló** online tartalmakkal, információkkal – hogy felkeltsük az érdeklődésüket az újdonságok és a menzai étkezés iránt.





# Tematika

*Egy különleges tanévre invitáljuk a gyerekeket...*

- Minden hónapban **az étlap** heti két alkalommal tartalmaz **tematikus ételt**. Ezekre az ételekre **online és offline formában** is igyekszünk felhívni a figyelmet, felkelteni irántuk az érdeklődést.
  - Havonta kettő Facebook poszt
  - Havonta egy plakát és egy szórólap a gyermekeknek
- Kollégáink megfelelő tájékoztatása által szeretnénk átadni az információkat, mint helyi ösztönzőként
- **A tanévben kétszer** (január/február és május) készülünk a gyermekek és osztályaik számára aktivitásokkal, amellyel különböző nyereményeket nyerhetnek.



## Tematika II.

- **Október** – gyümölcsök – SZUPERHŐS PAJZS
- **November** – tészták – ÖRÖK ENERGIA
- **December** – olajos magvak – SZUPER AGY
- **Január** – tejtermékek – TÖRHHETETLEN CSONTOK
- **Február** – gabona félék – SZUPER ÉRZÉKEK
- **Március** – húsok - SZUPERERŐ
- **Április** – köretek - LÁTHATALANSÁG
- **Május** – zöldségek – SEBEZHETETLENSÉG
- **Június** – víz hónapja – ALAKVÁLTÓ

Ezekhez **érdekes**, és esetenként vicces, de főként **edukatív** tartalmakat alkotnánk.



# Időzítés és megvalósítás

- A program **októberben** indul a gyümölcsökkel, amelyet szintén egy kedvenc alapanyag, a tészta követ majd novemberben. Október elején egy általános, a kampányt bemutató kommunikáció történik majd a gyermekek és szülők, - valamint a saját kollégáink - felé.
- **Minden hónapban** az adott tematika szerint, a már bevált módon, újabb és újabb Facebook tartalmakkal és nyomtatott anyagokkal készülünk a gyermekeknek.
- **Félévkor** aktivitással lepnénk meg őket, pl. rajzverseny, vagy kreatív pályázat.
- **Év végén** pedig egy lezáró aktivitást tervezünk. Figyelembe véve a tanév végét, így május végével a kampányt teljesen lezárnánk.



# Időzítés és megvalósítás II.

## Lehetséges aktivitások:

- rajzpályázat
- **kreatív pályázat** – *pl. mit tudsz készíteni spagetti tésztaból? Milyen karácsonyfadíszet tudsz készíteni magvakból?*
- **Puzzle kirakó** - amelynek lényege, hogy minden hónapban a rendelkezősükre bocsátunk egy kis méretű szórólapot, amelynek egyik oldala tájékoztatókat és érdekességeket tartalmaz, a másik oldala pedig egy nagyobb kép egyik puzzle darabkája lesz. Amennyiben év végére összerakják a teljes képet, és az osztály, vagy diák lefényképezkedik vele, nyereményjátékban vehet részt.
- Minden diák, aki a 8 hónap alatt befizető volt, automatikusan részt vesz egy nyereményjátékban, amelyen egy **szupererő kulacsot** nyerhetnek





# mevid

**Mevid Zrt.**

7622 Pécs, Bajcsy-Zsilinszky u. 14-16.

Tel.: 72/325-955

**mevid@mevid.hu**

**rendezveny@mevid.hu**

**www.mevid.hu**

