

Mladi za napredek Maribora 2015

32 . srečanje

ALI VEMO, KAJ JEMO

PREHRANA, GOSPODINJSTVO

Raziskovalna naloga

Avtor: MAŠA ADAM, NINA MAJCENVIČ

Mentor: IRENA HORVAT

Šola: OŠ DRAGA KOBALA MARIBOR

2015, Maribor

Mladi za napredek Maribora 2015

32 . srečanje

ALI VEMO, KAJ JEMO

PREHRANA, GOSPODINJSTVO

Raziskovalna naloga

2015, Maribor

KAZALO VSEBINE

KAZALO GRAFOV	3
POVZETEK	5
1. UVOD	6
1.1 CILJI RAZISKAVE	7
1.2 HIPOTEZE RAZISKAVE	7
1.3 METODOLOGIJA DELA	7
1.3.1 Zbiranje podatkov v literaturi in spletu	7
1.3.2 Anketa	8
1.3.3 Intervju	8
2. TEORETIČNI DEL.....	9
2.1 ZAKONODAJA	10
2.1.1 Označevanje izvora, porekla živila	11
2.2 INTEGRIRANA HRANA.....	13
2.3 BIOLOŠKA HRANA.....	14
2.4 KONVENCIONALNA HRANA.....	16
3. EMPIRIČNI DEL.....	17
3.1 Namen raziskave	17
3.2 Interpretacija ankete za učence	17
3.3 Interpretacija ankete za starše	27
3.4 Intervju z pridelovalcem zelenjave in lastnikom kmetije –	34
Miran Jelen	34
3.5 RAZPRAVA	36
3.6 DRUŽBENA ODGOVORNOST.....	37
4. ZAKLJUČEK	38
5. VIRI IN LITERATURA	43

KAZALO SLIK

Slika 1 – Označbe na Cvetličnem medu.....	11
Slika 2 - Zaščitena označba porekla.....	12
Slika 3 – Deviško olje	12
Slika 4 – Kočevski med.....	12
Slika 5 – Kraški Med.....	12
Slika 6 – Nanoški sir	12
Slika 7 - Tolminc.....	13
Slika 8 – Bovški sir.....	13
Slika 9 - Idrijski žlikrofi	13
Slika 10 - oznaka za integrirano pridelavo hrane	14
Slika 11 – Oznaka za biološko pridelano hrano	15
Slika 12 – Konvencionalna pridelava, močna uporaba kemikalij.....	16
Slika 13 – Obdelovalne površine	34
Slika 14 – Obdelovalne površine 2	35

KAZALO GRAFOV

Grafi 1-8 Odgovori na vprašanje " <i>Ali misliš, da doma jeste zdravo hrano?</i> "	18
Grafi 8-16 Odgovori na vprašanje " <i>Kaj misliš, da je zdrava prehrana?</i> " pri učencih	20
Grafi 17-32 Odgovori na vprašanje " <i>Ali te zanima kje pridelujejo tvojo hrano?</i> " pri učencih	21
Grafi 33-41 Odgovori na vprašanje " <i>Ali si doma tudi sam pripravljaš hrano?</i> " pri učencih	24
Grafi 42-50 Odgovori na vprašanje " <i>Kakšno vrsto prehrane si največkrat pripraviš?</i> " pri učencih	26
Graf 51 Odgovori na vprašanje " <i>Ali ste doma pozorni na izvor in poreklo hrane, ki jo kupite?</i> " pri starših	28
Graf 52 Odgovori na vprašanje " <i>Kdo pri vas nakupuje živila?</i> " pri starših	28
Graf 53 Odgovori na vprašanje " <i>Kje kupujete sadje in zelenjavo?</i> "	29
pri starših.....	29
Graf 54 Odgovori na vprašanje " <i>Kje kupujete mlečne izdelke?</i> " pri starših	29
Graf 55 Odgovori na vprašanje " <i>Na kaj ste najbolj pozorni pri nakupovanju hrane?</i> " pri starših	30
Graf 58 Odgovori na vprašanje " <i>Ali doma kupujete hitro pripravljeno hrano?</i> " pri starših	31
Graf 59 Odgovori na vprašanje " <i>Zakaj kupujete takšno hrano?</i> " pri starših	32

Graf 50 Odgovori na vprašanje "Kolikokrat na mesec jeste hitro pripravljeno hrano?" pri starših 33
Odgovori na vprašanje "Katero hitro pripravljeno hrano kupujete?" pri starših 33

KAZALO TABEL

Tabela 1 - Slovenski izdelki z zaščiteno označbo porekla.....12-13
Tabela 2 – Število anketirancev na spol in starost 16

POVZETEK

Hrana je katerokoli živilo, ki jo lahko zaužijemo in predstavlja glavni vir življenjske energije. Nam hrana ogromno pomeni in ni nam vseeno, kaj jemo. Raziskovalne naloge na to temo smo se lotili z namenom, da ugotovimo, kakšen pogled imajo na izvor hrane učenci in starši naše šole, na kaj so najbolj pozorni pri nakupu hrane in kako pogosto se poslužujejo hitre hrane. Zanimalo nas je tudi, ali izvor hrane vpliva na njene lastnosti in kvaliteto. V teoretičnem delu smo opisali različne vrste hrane, zapisali, katere raziskave so bile na to temo že opravljene in kaj pravi zakonodaja. S pomočjo anketnega vprašalnika za učence in starše smo dobili odgovore na postavljene hipoteze. Rezultati kažejo, da je izvor oziroma poreklo živil eden izmed ključnih faktorjev pri nabavi oziroma nakupu živil. Ogledali smo si tudi kmetijo, na kateri pridelujejo zelenjavo. Z lastnikom kmetije smo opravili intervju in dobili potrditev lastnega mnenja, da vse več ljudi kupuje lokalno pridelano hrano.

1. UVOD

O naši raziskovalni nalogi smo dolgo premišljevali. Imeli smo zelo različne ideje, ampak sčasoma smo se skupaj odločili za temo na področju prehrane. Imeli smo nekaj težav, kajti zdelo se nam je, da je veliko idej za nalogo neoriginalnih oz. za njih ni potrebno veliko raziskave. Najprej smo razmišljali o smeri v kateri hrana vpliva na človeka. Nato pa smo razmišljali o stvareh, ki vplivajo na hrano. Na misel nam je prišel njen izvor. Na spletni strani Zveze potrošnikov Slovenije smo prebrali, da potrošniki vedno bolj želijo vedeti o poreklu oziroma izvoru živila.

Je hrana od blizu, torej ni prepotovala kilometrov, s tem pa je bolj sveža in s tem tudi kakovostnejša? Trgovci in proizvajalci so že ugotovili, da je navedba porekla pomembna, zato vneto nagovarjajo potrošnike z različnimi navedbami o poreklu ali izvoru, in sicer z obvestili na živilu, v trgovini in s trditvami v oglasnih sporočilih. Pregledali smo nekatere navedbe, ki sporočajo potrošnikom, da je izdelek slovenski, da bi ugotovili, ali so verodostojne. Je izdelek le narejen v Sloveniji, ali pa so v Sloveniji pridelane tudi surovine zanj? (<https://www.zps.si/index.php/hrana-in-pijaa-topmenu-327/oznaevanje-ivil-topmenu-328/6841-potrosniki-zelimo-vedeti-oznacevanje-porekla-ozroma-izvora-zivil>, 12. 12. 2014).

Več kot smo o tej ideji razmišljali, bolj se nam je zdelo, da o poreklu, oziroma izvoru naše hrane nimamo velikega znanja, kajti izvor hrane v našem vsakdanjiku skorajda ni omenjen. Predvsem nas je zanimalo kako izvor vpliva na hrano in mnenja različnih starostnih skupin o tej temi.

Raziskovalne naloge smo se lotili z namenom, da ugotovimo, kakšen pogled imajo učenci in starši naše šole na izvor hrane.

Za potrebe praktičnega dela raziskovalne naloge bomo med izbrane razrede na naši šoli razdelili anketo, ki nam bo pomagala pri potrditvi ali zavrnitvi spodaj zastavljenih hipotez. Anketo bomo naredile tudi za starše naših otrok.

1.1 CILJI RAZISKAVE

Pri naši raziskavi smo si postavili naslednje cilje:

- ugotoviti, kako različni izvori hrane vplivajo na hrano,
- poiskati prednosti hrane z različnimi izvori,
- ugotoviti, kako učenci naše šole razmišljajo o izvoru hrane,
- preveriti, če starši naših učencev gledajo na izvor hrane,
- primerjati na kaj ljudje najbolj gledajo pri nakupu hrane,
- opraviti intervju s pridelovalci hrane,

1.2 HIPOTEZE RAZISKAVE

Da se bomo držali zastavljenega vsebinskega okvirja naloge, smo si zastavili naslednje hipoteze. Zapisali smo jih na podlagi logičnega premisleka in lastnih domnev:

Hipoteza 1: Biološko pridelani izdelki so bolj kvalitetni od konvencionalnih izdelkov.

Hipoteza 2: 6. in 7. razred se za izvor hrane zanimata manj od 8. in 9. razreda.

Hipoteza 3: Učenci se za izvor hrane zanimajo manj od staršev.

Hipoteza 4: Pri nakupu hrane starši gledajo najbolj na ceno.

Hipoteza 5: Starši najpogosteje kupujejo hrano v trgovinah.

Hipoteza 6: Ženske se za izvor hrane zanimajo bolj od moških.

1.3 METODOLOGIJA DELA

1.3.1 Zbiranje podatkov v literaturi in spletu

Naš postopek dela je bil postopen in dolgotrajen. Najprej smo iskali literaturo v šolski in Pobreški knjižnici. Nato smo iskali podatke preko interneta. Obiskali smo tržnico, kjer smo spoznali pridelovalca zelenjave Mirana Jelena, ki nas je povabil na njegovo kmetijo, kjer smo z njim opravili intervju.

1.3.2 Anketa

Do ugotovitev v praktičnem delu naloge smo prišli s pomočjo anketnega vprašalnika za učence in starše. Z anketami smo želeli preveriti hipoteze, ki smo si jih zastavili na začetku. Anketa je bila anonimna. Ankete smo razdelili v šestem, sedmem, osmem in devetem razredu naše šole. Anketne vprašalnike smo na koncu zbrali in jih primerjali, da smo prišli do končnih ugotovitev. Sestavili smo tudi spletno anketo za starše otrok naše šole. Za ta način anketiranja smo se odločili, ker smo predvidevali, da bomo dobili največ odgovorov s strani staršev. Spletna anketa je bila anonimna in dostopna na spletni strani naše šole. Pridobljene rezultate smo grafično prikazali ter obrazložili v skladu z našim mišljenjem.

1.3.3 Intervju

Obiskali smo tržnico, kjer smo si ogledali ponudbo in povprašali naključne branjevke in branjevce. Spoznali smo pridelovalca zelenjave Mirana Jelena, ki nas je povabil na njegovo kmetijo, kjer smo z njim opravili tudi intervju. Zapisali smo nekaj vprašanj, ki smo jih gospodu Jelenu postavili ob obisku njegove kmetije.

2. TEORETIČNI DEL

Hrana je katerokoli živilo, ki jo lahko zaužijemo in predstavlja glavni vir življenjske energije. Hrana je običajno živalskega ali rastlinskega izvora.

Delimo jo na:

- Živila rastlinskega izvora so: žitarice, stročnice, gomoljnice, ...
- Živila živalskega izvora so: ribe, perutnina, udomačene živali, divjačina, ...
- Življenjska tekočina- voda, minerali, kovine v sledih in v toplih ter vročih krajih sol (<http://sl.wikipedia.org/wiki/Hrana>, 10. 12. 2014).

Na eni izmed spletnih strani smo prebrali, da Evropejci želijo jasno označitev izvora oziroma porekla živil.

Evropska potrošniška organizacija BEUC je med potrošniki v štirih evropskih državah (v Avstriji, Franciji, na Švedskem in Poljskem) izvedla raziskavo o označevanju hrane. Rezultati kažejo, da je izvor oziroma poreklo živil eden izmed ključnih faktorjev pri nabavi oziroma nakupu živil.

Rezultati ankete potrjujejo tudi podatke Eurobarometra, po katerih je v povprečju 70 % anketirancev deklariralo izvor oziroma poreklo živila kot pomemben faktor pri nakupu (77% Avstrija, 71% Francija, 66% Poljska in 78% Švedska).

Raziskava je tudi pokazala, da večina anketirancev želi natančno vedeti (59% Avstrija, 50% Francija, 64% Poljska, 78% Švedska) državo porekla živila, ki ga kupijo, kar 36% Francozov in 34% Avstrijcev pa želi vedeti celo regijo izvora živila. Samo okrog 10 % vprašanih ne zanima poreklo, oziroma jim zadostuje označba »proizvedeno v EU« in »ni proizvedeno v EU«.

Šest od desetih anketirancev pa želi izvedeti za državo, kjer je bilo živilo proizvedeno oziroma žival rojena in vzrejena, kakor tudi državo, kjer je bilo živilo predelano.

Generalna direktorica BEUC-a Monique Goyens je povedala, da so rezultati raziskave pokazali, da je informacija o izvoru hrane za potrošnika zelo pomembna in vpliva na njegove kupne navade.

(http://duhovnost1.dev.bananadmin.com/sl/Novice/Evropejci_zelijo_jasno_oznacitev_izvora_ozroma_porekla_zivil/, 10. 12. 2014)

Direktorica je še dodala, da si proizvajalci močno prizadevajo, da potrošniki verjamejo, da so njihovi izdelki regionalnega značaja. To lahko pokažemo tudi z naslednjima primeroma: V Nemčiji proizvedena feta (sir) označena z grškimi črkami sugerira, da je le ta grškega izvora ali pa na Kitajskem proizvedena paradižnikova mezga z italijansko zastavo, ki sugerira italijanski izvor. Takšni pristopi so za potrošnika zavajajoči in nesprejemljivi.

(http://duhovnost1.dev.bananadmin.com/sl/Novice/Evropejci_zelijo_jasno_oznacitev_izvora_oziroma_porekla_zivil/, 10. 12. 2014).

Informacija o tem ali je živilo iz EU ali ni iz EU danes potrošnikom več ne zadošča. To potrjujejo tudi številna vprašanja, ki jih prejemajo na Zvezi potrošnikov Slovenije. Potrošniki so ob nakupu hrane pogosto neprijetno presenečeni. Ob nakupu izdelka »slovenskega porekla«, ob natančnejšem branju deklaracije ugotovijo, da je bil izdelek v Sloveniji le embaliran.

2.1 ZAKONODAJA

Zakonodaja, ki ureja označevanje porekla živil, je zapletena in nedorečena, zato ni čudno, da je temu primerno nejasno tudi označevanje in oglaševanje živil oziroma obveščanje potrošnikov o njihovem poreklu oziroma izvoru. Veljavna zakonodaja za nekatera živila natančno določa način označevanja porekla ali izvora in zanje je označevanje tudi obvezno. Za vsa druga živila pa je v zakonodaji predvideno zgolj prostovoljno označevanje, pri čemer je določeno le, da označevanje, predstavitev, oglaševanje in drugi načini obveščanja ne smejo zavajati potrošnikov o resničnem izvoru oziroma poreklu živila.

(<https://www.zps.si/index.php/hrana-in-pijaa-topmenu-327/oznaevanje-ivil-topmenu-328/6841-potrosniki-zelimo-vedeti-oznacevanje-porekla-oziroma-izvora-zivil>, 12. 12. 2014).

2.1.1 Označevanje izvora, porekla živila

Obvezno označevanje porekla velja za:

- sveže, nepredelano sadje in zelenjavo – označena mora biti država pridelave;
- olivno olje – označiti je treba državo, v kateri je bilo olje pakirano;
- sveže ribe – obvezna je navedba imena dela morja ali številke FAO za dele morij, kjer je bila riba ulovljena, za sladkovodne ribe pa je obvezna oznaka porečja;
- sveže in zamrznjeno ter mleto goveje in svinjsko meso - imeti mora označeno državo rojstva in reje živali, pa tudi državo, kjer je bil opravljen zakol in razsek;
- sveža in zamrznjena perutnina, ki ni iz držav članic EU - biti mora označeno, da perutnina ne izvira iz EU;
- vino – označena mora biti regija države, od koder je vino;
- med - obvezna je označba države pridelave. Če prihaja med iz katere od evropskih držav, se lahko označi kot "proizvedeno v EU", sicer pa kot "ni proizvedeno v EU";
- jajca – na oznaki mora biti tako številka hleva, v katerem so kokoši znesle jajca, kot tudi številka pakirnega obrata.



Slika 1 – Označbe na Cvetličnem medu



Izdelki z zaščiteno označbo porekla

Za izdelke, ki nosijo označbo porekla s certifikatom, velja, da morata pridelava in predelava izdelka potekati na točno določenem geografskem območju, na tistem, ki je zapisano na izdelku.



Slika 2 - Zaščiteni označba porekla (Vir: http://roncaldo.com/roncaldo/wp-content/uploads/2006/12/oznacba_porekla_2.gif 12.1.2015)

Tabela 1 - Slovenski izdelki z zaščiteno označbo porekla :

Ime izdelka	slika
ekstra deviško oljčno olje Slovenske Istre	 Slika 3 – Deviško olje
Kočevski gozdni med	 Slika 4 – Kočevski med
Kraški Med	 Slika 5 – Kraški Med
Nanoški sir	 Slika 6 – Nanoški sir

Tolminc	 Slika 7 - Tolminc
Bovški sir	 Slika 8 – Bovški sir

Vse druge slovenske zaščitne označbe na izdelkih (zaščitena geografska označba, zajamčena tradicionalna posebnost, dobrote naših kmetij) pa pomenijo, da so izdelki po predpisanem postopku zagotovo predelani v Sloveniji, izdelani pa so lahko iz slovenskih in neslovenskih surovin. Zaščita velja za način predelave izdelka, za posebno recepturo ali predelavo na kmetiji, na primer za kraški pršut ali pa idrijske žlinkrofe.



Slika 9 - Idrijski žlikrofi (Vir : http://www.slovenia.info/pictures%5Cprogram%5C1%5C2010%5Cidrijski_zlikrofi_-foto_Jani_Peternelj_277692.jpg 12. 1. 2015)

2.2 INTEGRIRANA HRANA

Integrirana pridelava je način pridelave, kjer se s pooblaščenimi certifikatnimi organi, pristojnim inšpektoratom in natančno določenimi pravili kmetuje. Ta način pridelave zmanjšuje negativne vplive kmetovanja na okolje in zdravje ljudi. Ima en namen in to je pridelava kakovostne in zdrave hrane.

Pri tej pridelavi se ne uporablja gensko spremenjenih organizmov, ampak gnojila in fitofarmacevtska sredstva, ki so skrbno nadzorovana. Organskim gnojilom se daje prednost pred mineralnimi gnojili. Uporabljajo se tudi ustrezne metode varstva rastlin, s katerimi se pridelavo pospešuje in ohranja biotsko raznovrstnost.



Slika 10 - oznaka za integrirano pridelavo hrane

(<http://www.revijagostinec.si/images/common/user/image/znak-integrirani.jpg>, 12. 1. 2015)

Pridelava je kontrolirana in pridelki se certificirajo. Certifikacija izdelkov daje kupcem nekakšno zagotovilo, da integrirana hrana ustreza višjim standardom kakovosti. Je priprava zdravstveno neoporečne, varne in kakovostne hrane. (<http://www.integrirana-pridelava.si/o-integrirani-pridelavi.php>, 14. 1. 2015)

2.3 BIOLOŠKA HRANA

Biološka, ekološka ali organska hrana je pridelana na naraven način. V njej ne smejo biti pesticidi, nitrati ali različni herbicidi; torej nobena kemična substanca, ki jih rastlinam dodajamo z namenom, da povečamo njihov izgled, težo, količino in produktivnost. Ne uporablja se gensko spremenjenih organizmov, sintetičnih dodatkov v krmilih in brez kakršnihkoli zdraviljenj živali s kemoterapevtiki. Postopek rafiniranja ni dovoljen, kajti ko se med obdelavo živil le ta uporablja, se delno odstranijo vitamini in minerali.



Slika 11 – Oznaka za biološko pridelano hrano (vir : <http://www.biosi.si/images/custom//eko.oznake.jpg>, 16. 1. 2015)

Eden izmed temeljev biološkega kmetijstva je ohranjanje in spoštovanje narave. Biološko kmetijstvo ne škoduje okolju, pomaga ohranjati čisto vodo in zrak ter celotno živalsko in rastlinsko kraljestvo.

Ekološko kmetijstvo je sodoben način gospodarjenja, ki je v Sloveniji vedno bolj razširjen. Delovanje tovrstnih kmetij je pravno urejeno z aktom Ministrstva za kmetijstvo. Njihova produktivnost je v primerjavi s kmetijami, ki uporabljajo škropiva in druge kemične preparate, veliko manjša. Dobijo državno nadomestilo, za izpad pridelka. Kvaliteta in kvantiteta se ne razumeta ravno najbolje. Zraven mnogih ciljev ekološke hrane, sta najpomembnejša: pridelava zdrave hrane ter preprečevanje ekološke katastrofe.

Biološko, ekološko ali organsko so zaščitena poimenovanja za biološko pridelane pridelke. Za te pridelke se uporablja označba »ekološki«, ampak le če je zanjo izdan certifikat. Živila, ki so pridelana na ekološki način, imajo veliko kakovostno hranilno vrednostjo.

Prednosti biološke hrane so: način pridobivanja hrane, ki je naravi in živalim prijazen, brez uporabe kemičnih substanc, ki bi našemu organizmu škodovale (zmanjša se tveganje za bolezni, npr. rak), manj pogoste so alergije, saj takšna hrana ne vsebuje umetnih barvil ali arom, prav tako izboljšuje odpornost imunskega sistema. (http://www.biosi.si/index.php?sv_path=9,48 , 18. 1. 2015)

2.4 KONVENCIONALNA HRANA

Konvencionalna hrana oz. konvencionalno kmetijstvo je način obdelovanja zemlje, ki je močno tehnološko specializirano in je tudi kemično močno intenzivno. Namen takšnega kmetijstva je nadpovprečna pridelava kmetijskih izdelkov in seveda, kar se da večje pridobivanje kapitala.



Slika 12 – Konvencionalna pridelava, močna uporaba kemikalij (Vir : http://www.dynamicchiropractic.ca/content/images/organic_food_41194_1_1_1270.jpg g 19. 1. 2015)

3. EMPIRIČNI DEL

3.1 Namen raziskave

Z raziskovalno nalogo smo želeli predstaviti dejstvo, da nam ne sme biti vseeno, kaj jemo, in da bi se morali vsi ljudje začeti zavedati od kod izvira hrana, s katero se prehranjujemo. Vedno bolj bi se morali zavedati prednosti v Sloveniji pridelane hrane. Slovenija je geografsko majhna in raznovrstna država, kar se kaže v pestrosti lokalnih in tradicionalnih kmetijskih pridelkov in živil.

Glavni namen raziskave je ugotoviti ali se učenci naše šole in njihovi starši zanimajo za izvor hrane, s katero se prehranjujejo.

3.2 Interpretacija ankete za učence

Tabela 2: Število anketirancev glede na spol in starost

	Moški	Ženske	Skupaj
6. razred	32	22	54
7. razred	19	12	31
8. razred	26	22	48
9. razred	30	20	50
Skupaj	107	76	183

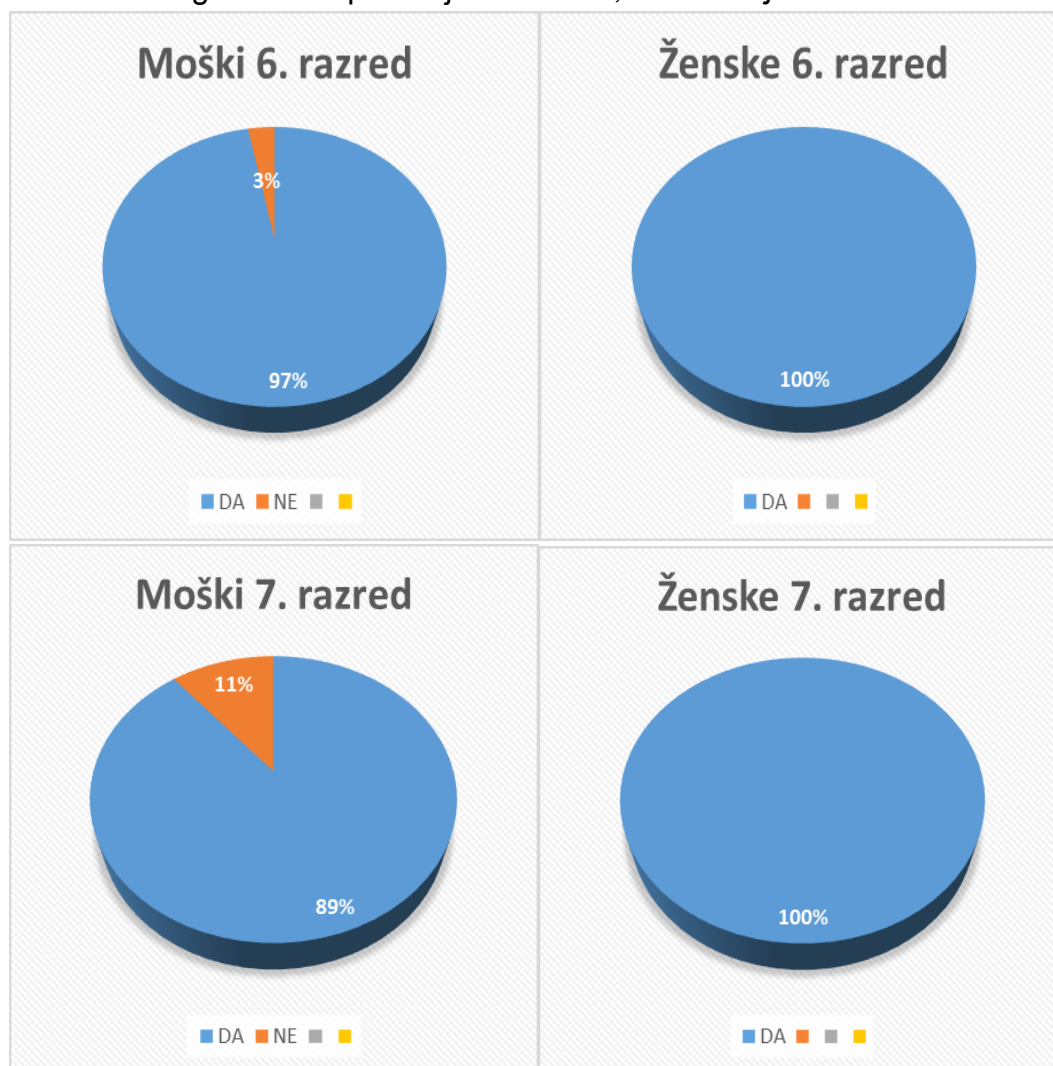
V anketi je sodelovalo 183 učencev, od tega 54 učencev 6. razreda, 31 učencev 7. razreda, 48 učencev 8. razreda in 50 učencev 9. razreda. Skupaj je sodelovalo 107 moških in 76 žensk (večina je moških, ampak nekaterih anket nismo šteli, zaradi neresnosti učencev moškega spola). Vsi so učenci naše šole. Pri pregledu anket

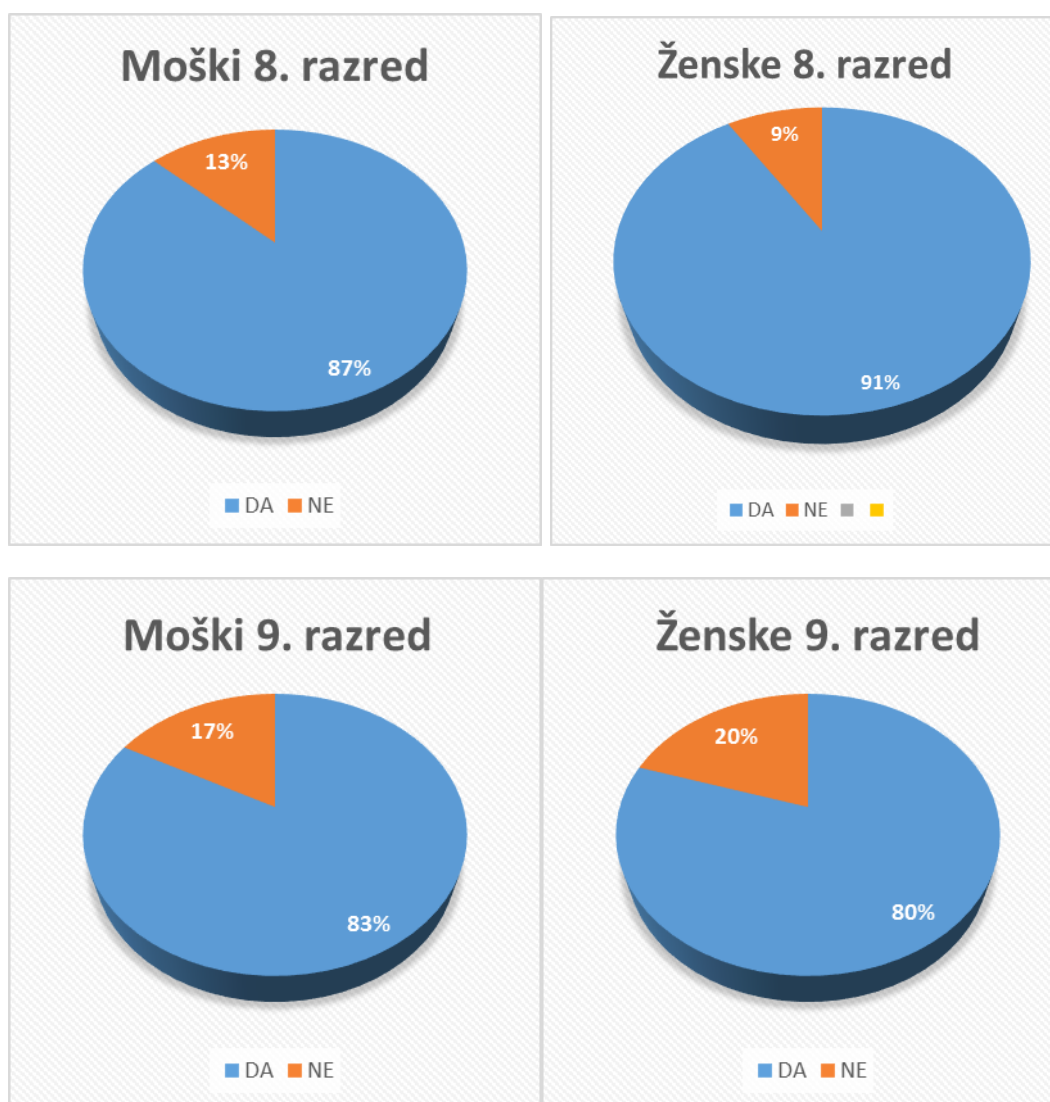
smo ugotovili, da je vseeno večina učencev k izpolnjevanju anketnega vprašalnika pristopila resno in nam podala konkretne odgovore. Anketa je bila anonimna.

Anketa je bila izvedena konec decembra 2014.

Pridobljeni odgovori so urejeni grafično in dopolnjeni s komentarji.

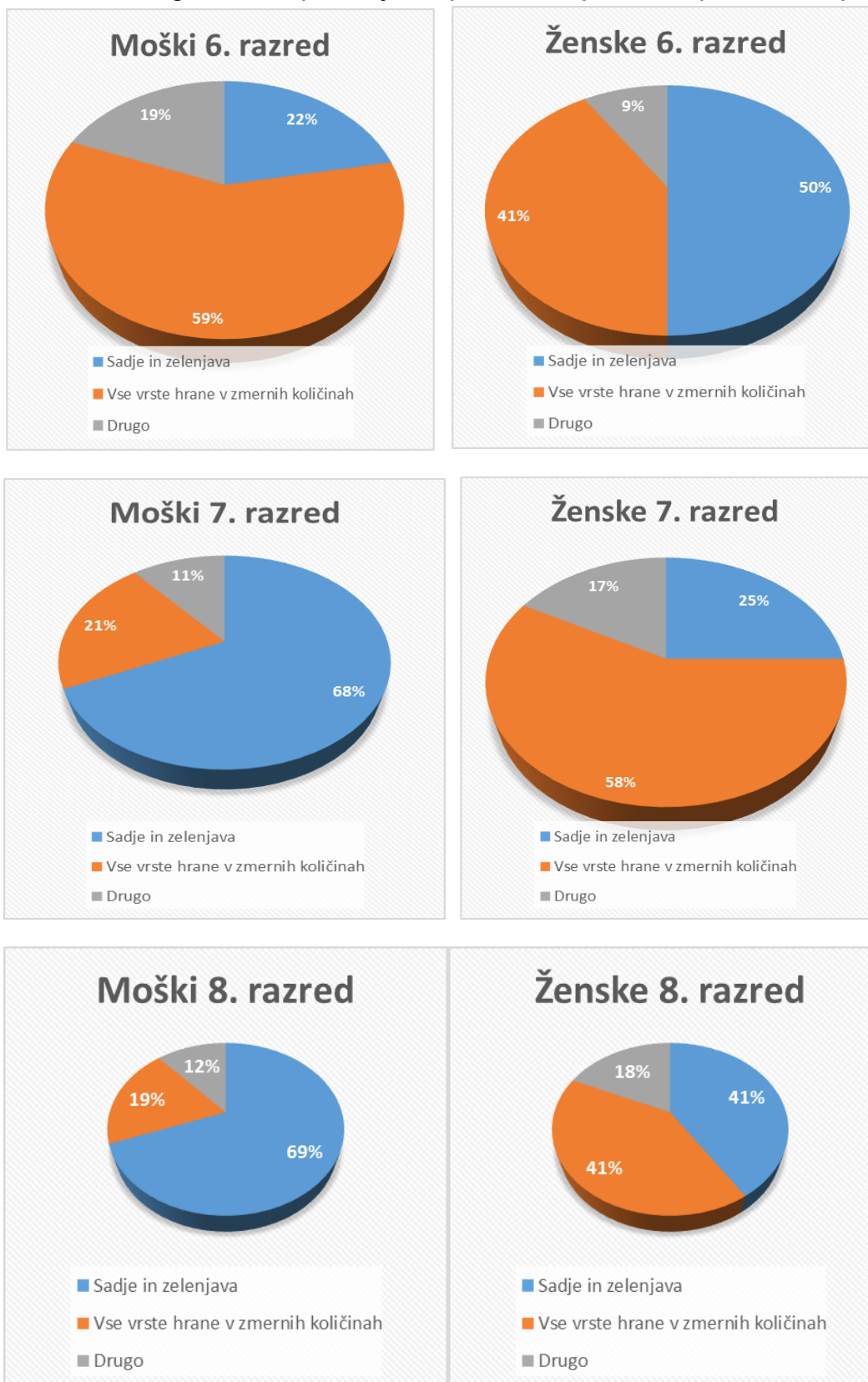
Grafi 1-8 Odgovori na vprašanje "Ali misliš, da doma jeste zdravo hrano?"

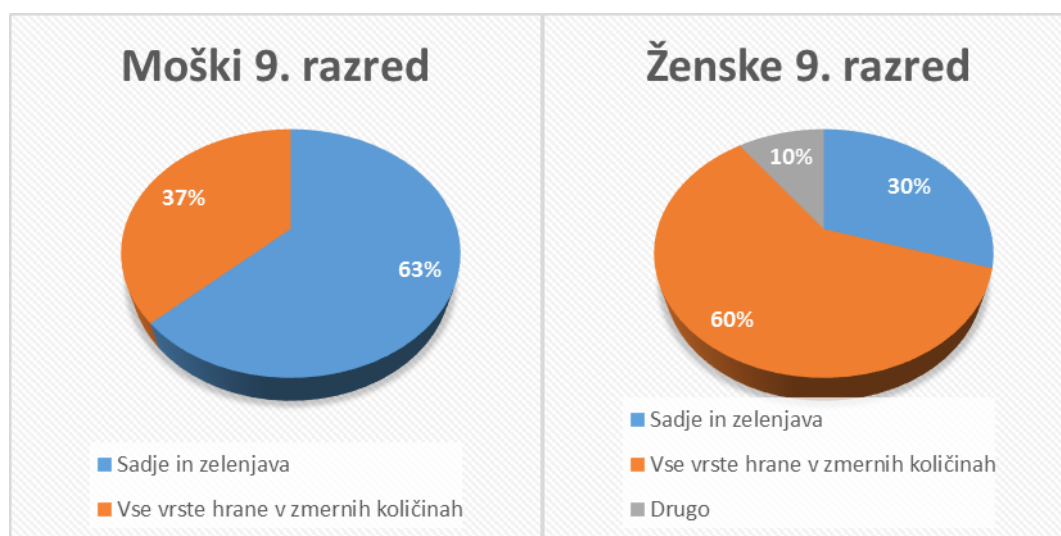




V grafih 1 do 8 je vidno, da večina deklic misli, da doma jedo zdravo hrano. Malo so nas presenetili odgovori deklet, kajti v 6. in 7. razredu vse deklice mislijo, da jedo zdravo, medtem ko je delež deklic, ki je odgovoril ne v 9. razredu, številčnejši od dečkov v 9. razredu. To bi verjetno bilo drugače, če bi zraven šteli 6 anket, ki smo jih morali izključiti zaradi neresnih odgovor dečkov v 9. razredu.

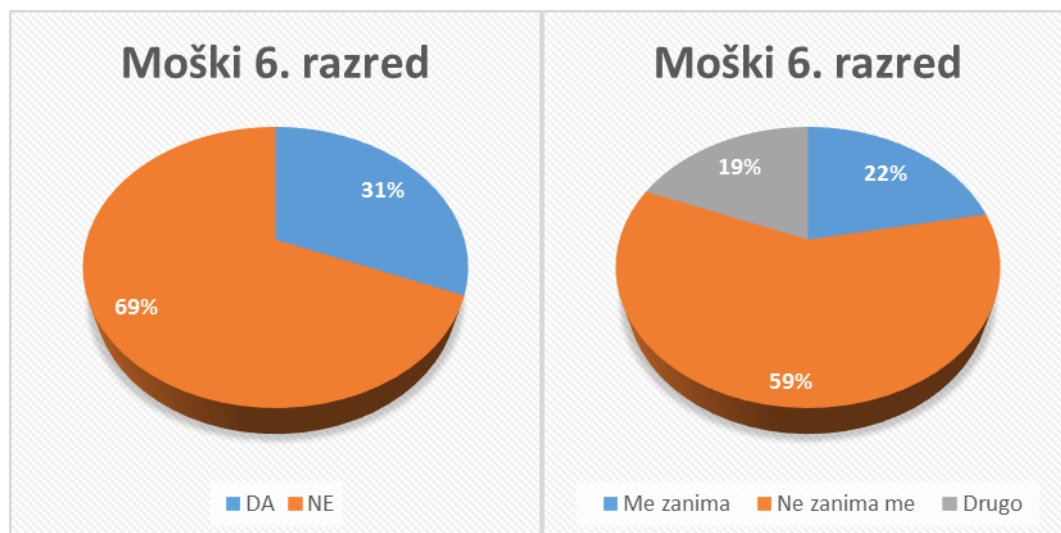
Grafi 8-16 Odgovori na vprašanje "Kaj misliš, da je zdrava prehrana?" pri učencih

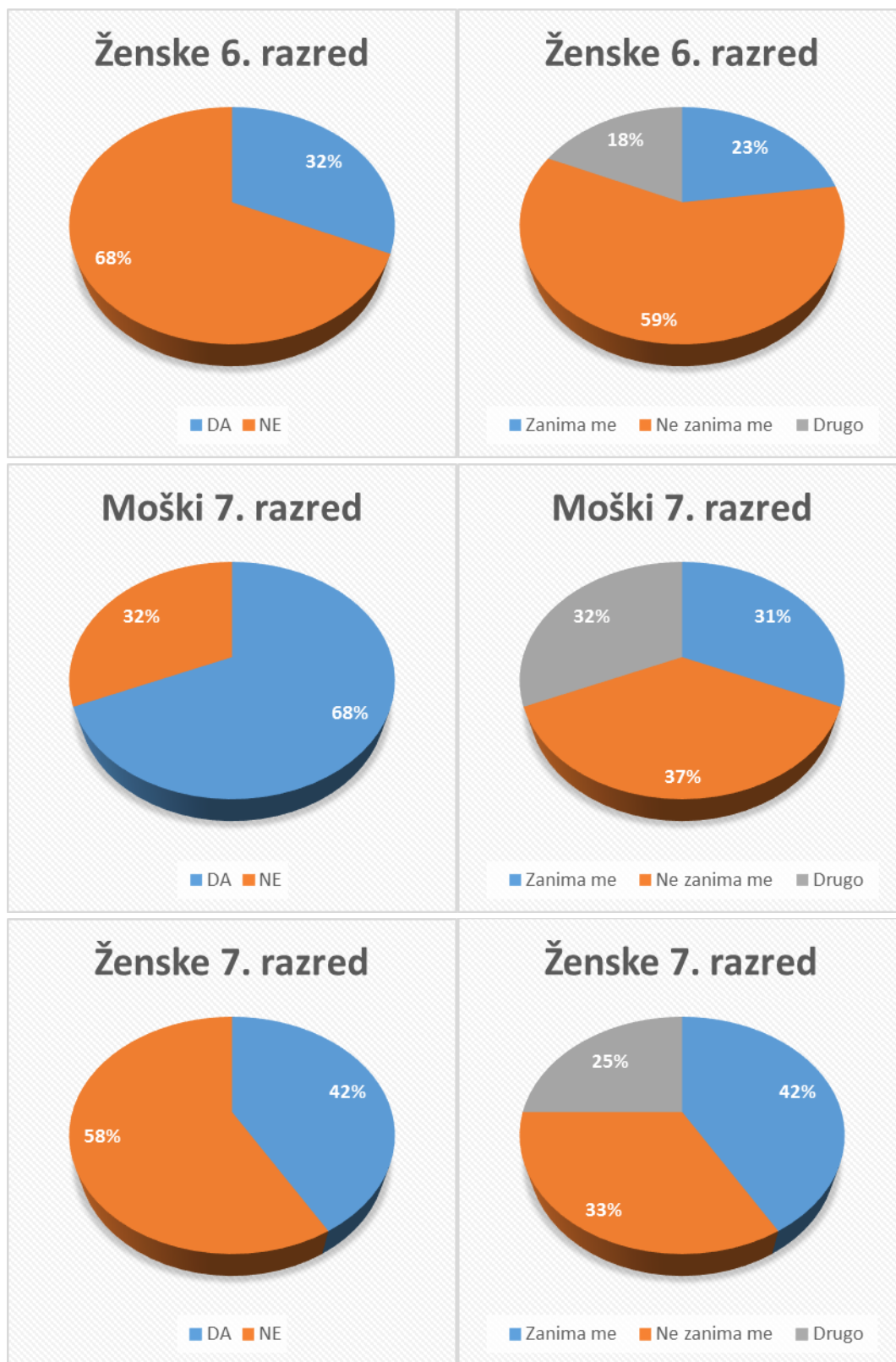


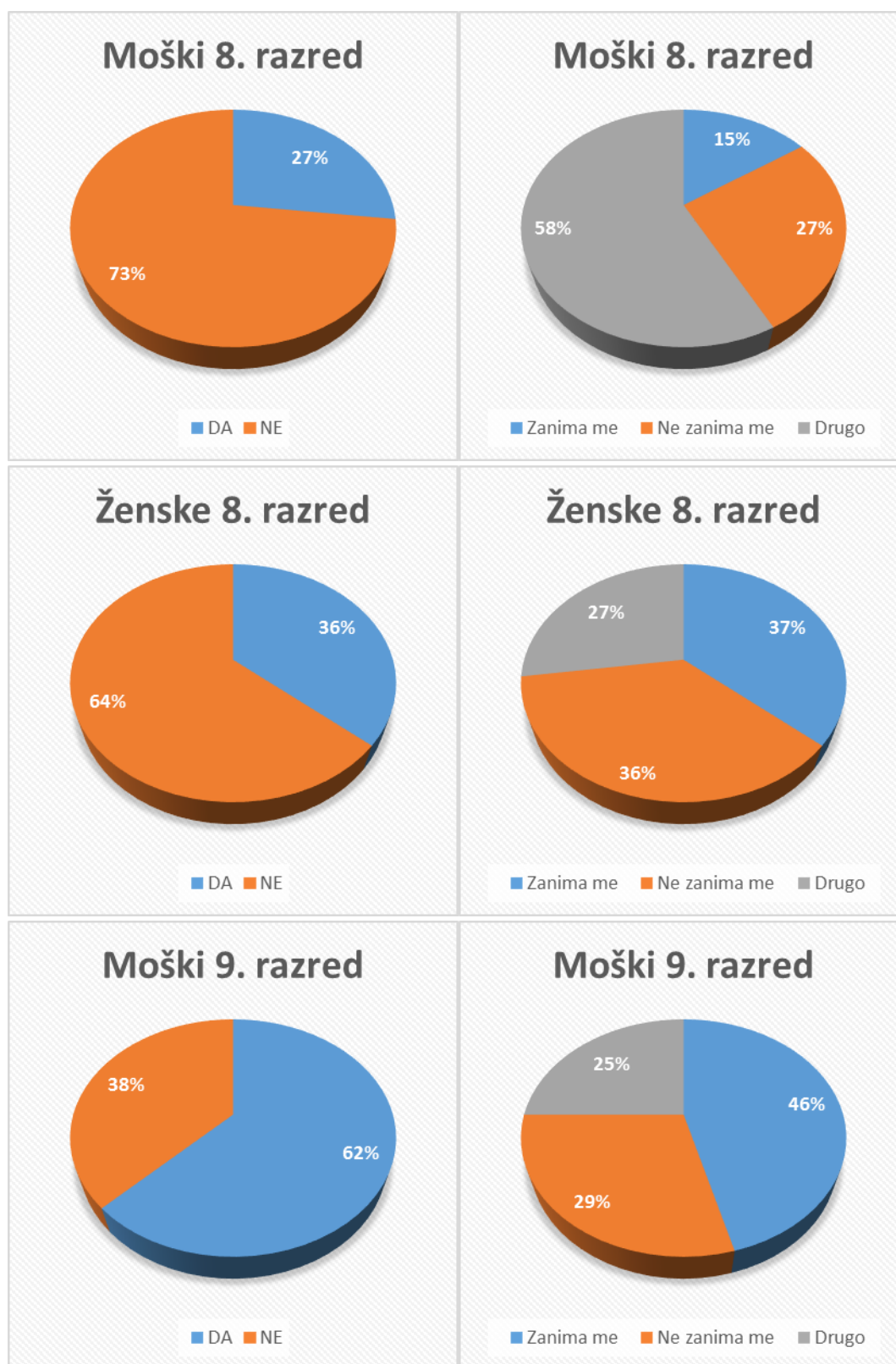


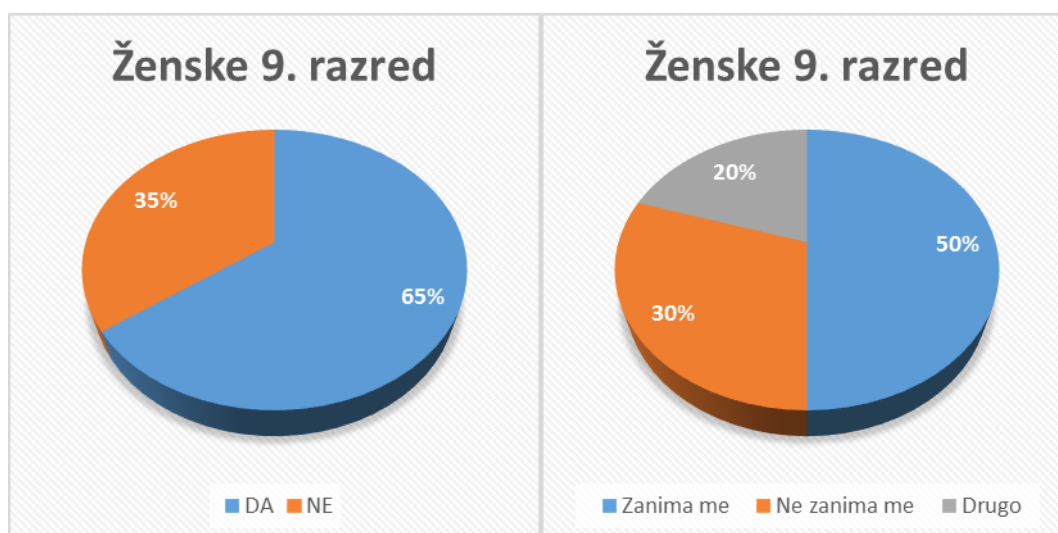
Odgovori so nas šokirali! Po naših pričakovanjih so odgovorili moški iz 6. razreda ter ženske iz 7. in 9. razreda. Razočaralo nas je to, da večina učencev misli, da sta samo sadje in zelenjava pomen zdrave prehrane. Še posebej nas skrbi za moške iz 7., 8. in 9. razreda. Še posebej za njihovo starost se nam zdi neprimerno, da je večina odgovor sadje in zelenjava. Razočarale so nas tudi deklice iz 6. razreda, kajti ravno zdaj se pri gospodinjstvu učijo o hrani in njeni vrednosti.

Grafi 17-32 Odgovori na vprašanje "Ali te zanima kje pridelujejo tvojo hrano?" pri učencih



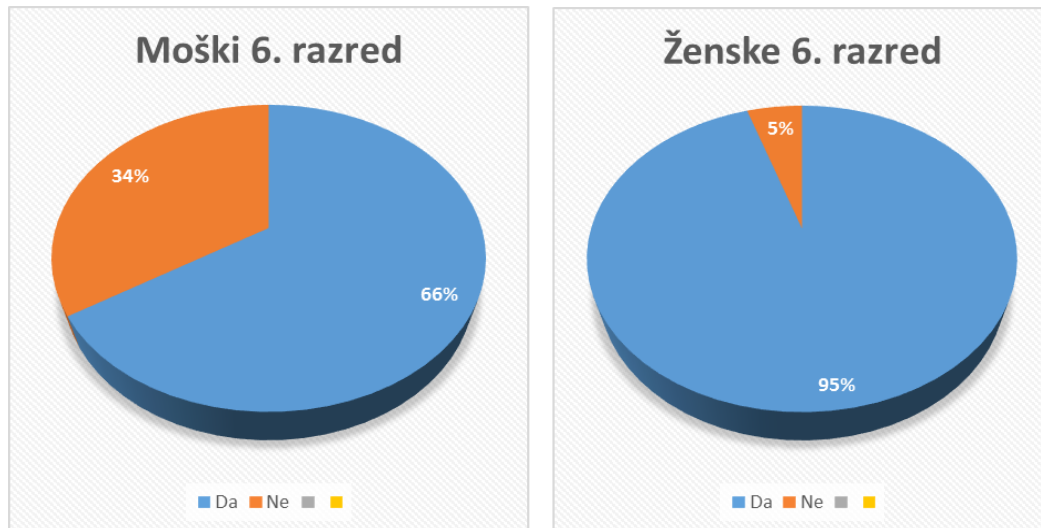


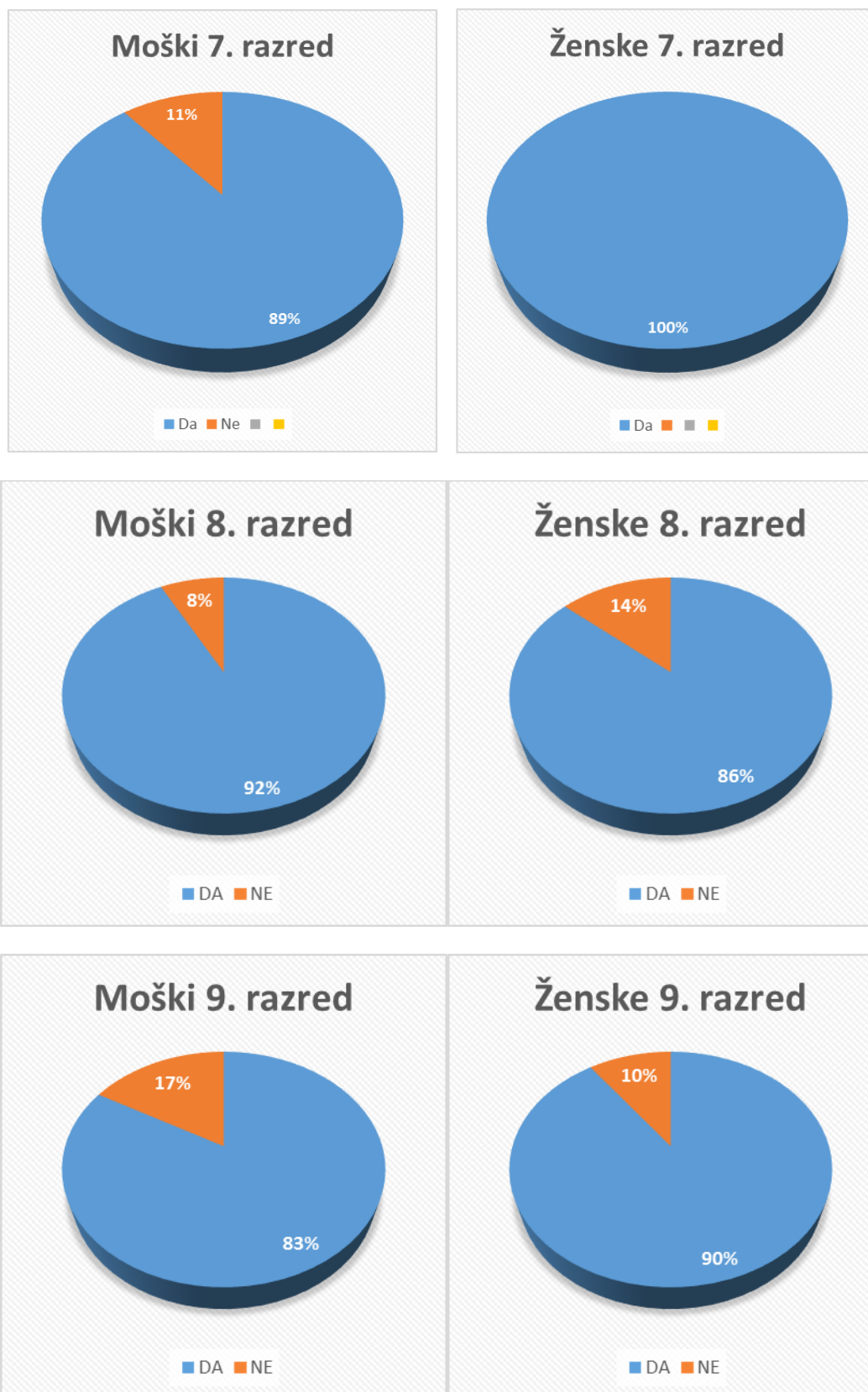




Mislili smo si, da se starejši učenci (8. in 9. razred) bolj zanimajo za izvor hrane, s katero se prehranjujejo, ampak smo se očitno zmotili. Zanimivo se nam zdi, da se večina učencev sploh ne zaveda, da je izvor njihove hrane pomemben oz. da izvor hrane vpliva nanjo. To se nam zdi resen problem v naši skupnosti, kajti ljudje praktično ne vedo, kaj jedo.

Grafi 33-41 Odgovori na vprašanje "Ali si doma tudi sam pripravljaš hrano?" pri učencih

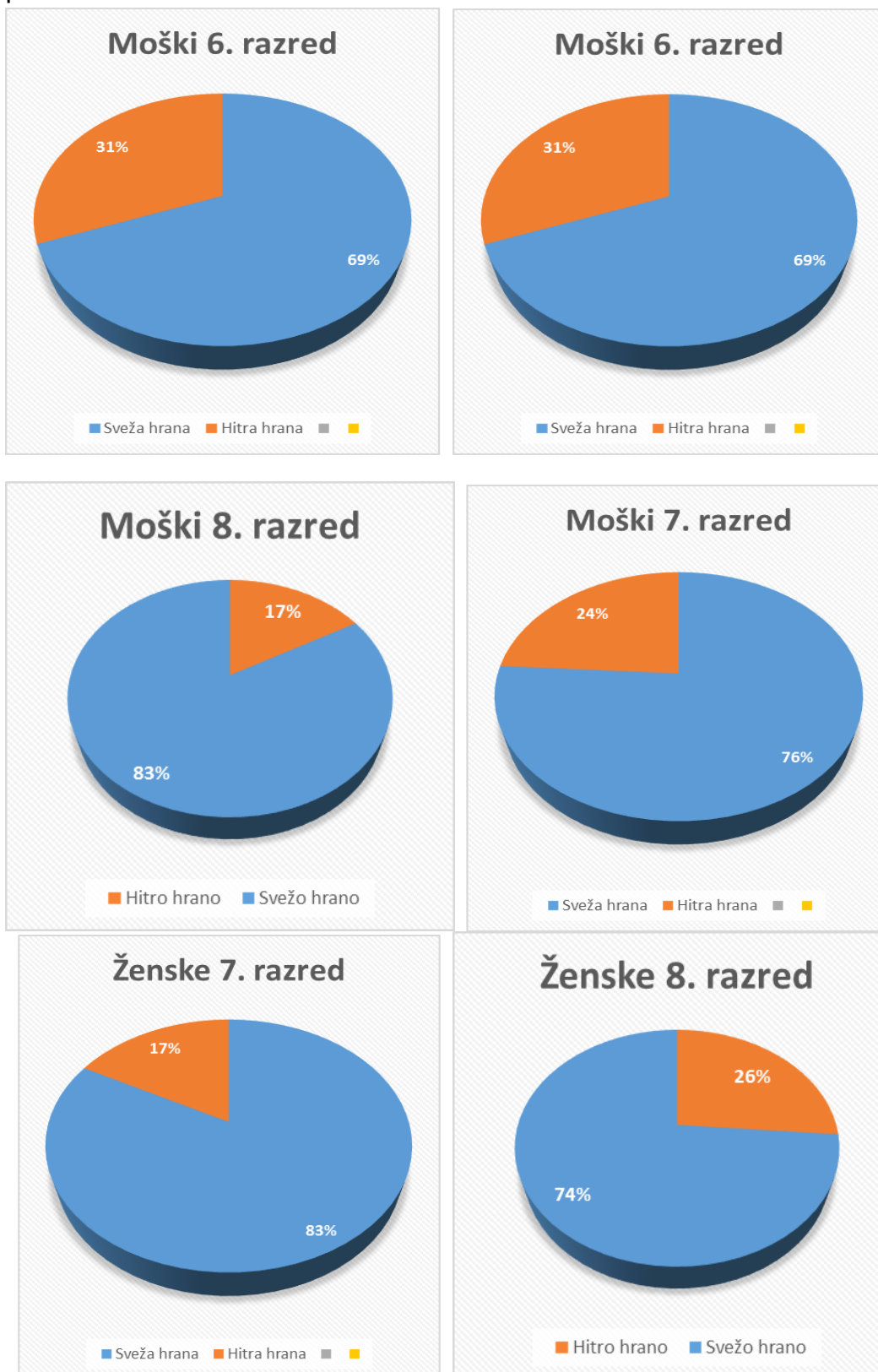


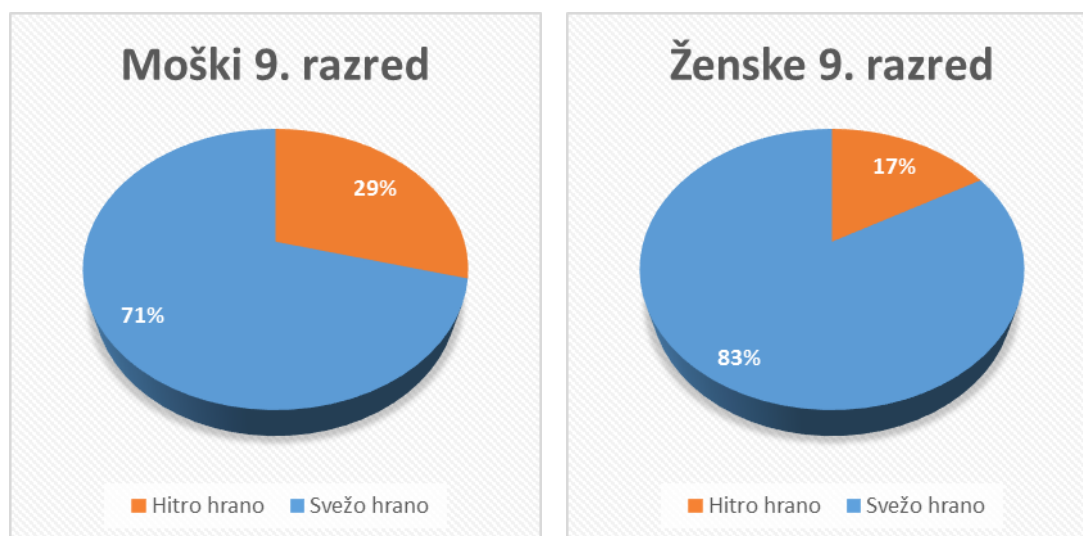


Težko verjamemo, da si toliko mlajših učencev (6. in 7. razredi) samostojno pripravlja doma hrano. Definitivno nas je pozitivno presenetilo. Všeč nam je, da starši učijo

svoje otroke pripravljati hrano pri tako mladih letih. Seveda je tudi odvisno to, kakšno hrano si sploh pripravljajo.

Grafi 42-50 Odgovori na vprašanje "Kakšno vrsto prehrane si največkrat pripraviš?" pri učencih





Presenetilo nas je to, da si večina učencev pripravlja svežo hrano. Mislili smo, da je hitra hrana med učenci bolj popularna, ampak smo se očitno zmotili. Všeč nam je to, da si toliko učencev sploh zna pripraviti sveže skuhan obrok, ampak tudi razumemo tiste, ki si znajo pripraviti hiter obrok oz. hitro hrano.

3.3 Interpretacija ankete za starše

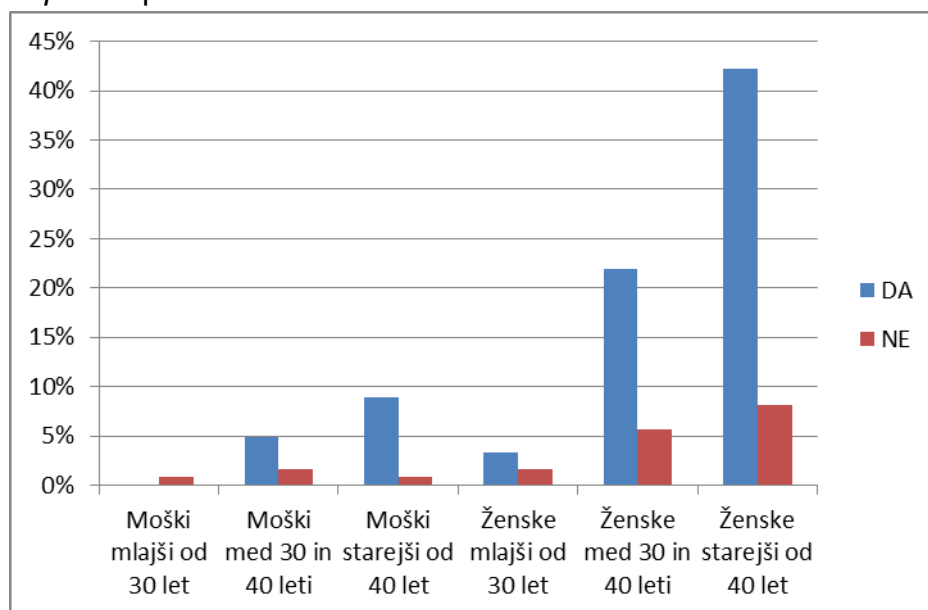
Anketa za starše je bila objavljena na spletni strani šole. Anketa je bila anonimna, tako, da smo pričakovali resne in odkrite odgovore. Na njo so lahko odgovarjali le starši otrok naše šole. Na anketo je odgovorilo 130 staršev.

Spletna anketa je priloga naloge. Dostopna pa je še vedno na spletni strani šole.

Analiza ankete po vprašanjih:

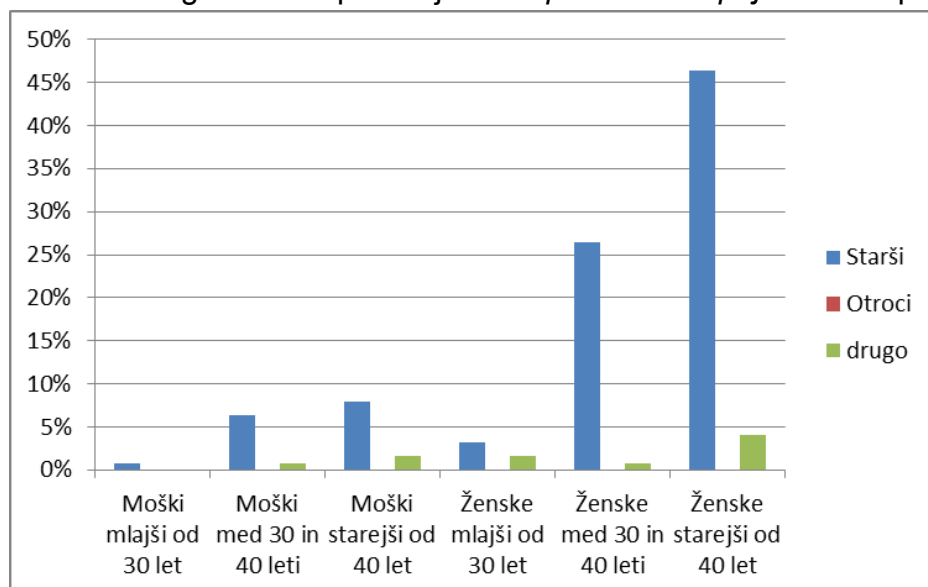
Analiza anket je prikazana grafično. Odgovori so prikazani v procentih, ločeno za moške in ženske. Glede na starost smo moške in ženske razdelile v tri starostne razrede in sicer pod 30 let, med 30. in 40. leti in nad 40 let.

Graf 51 Odgovori na vprašanje "Ali ste doma pozorni na izvor in poreklo hrane, ki jo kupite?" pri starših



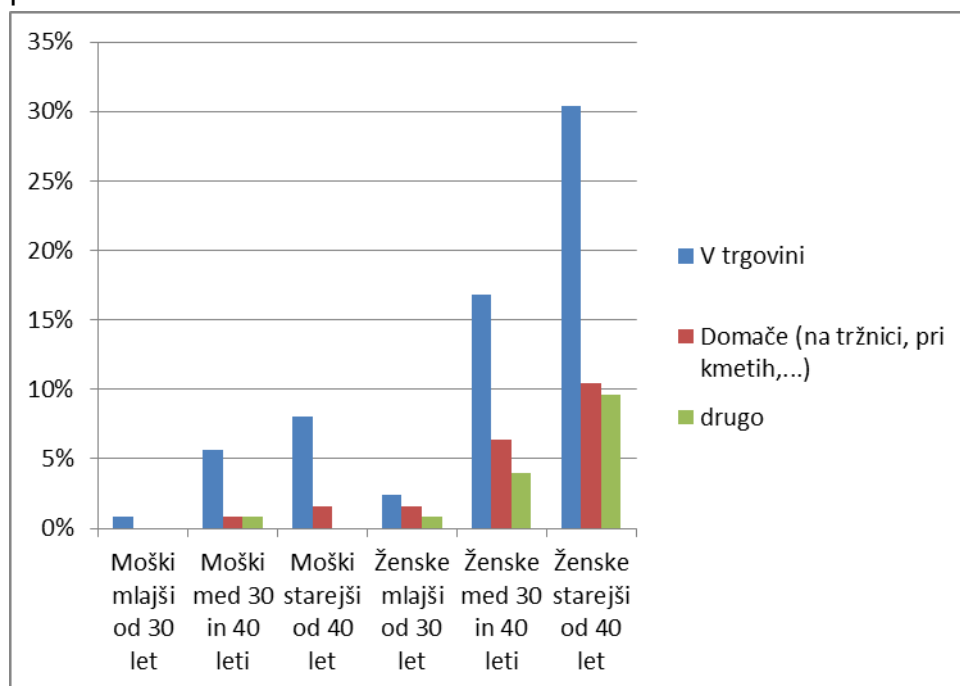
Ti odgovori so nas pozitivno presenetili, kajti kažejo, da se starši zanimajo za izvor in poreklo hrane, ki jo kupujejo. Preseneča pa nas predvsem to, da starejše ženske in moški bolj gledajo na izvor hrane kot mlajši.

Graf 52 Odgovori na vprašanje "Kdo pri vas nakupuje živila?" pri starših



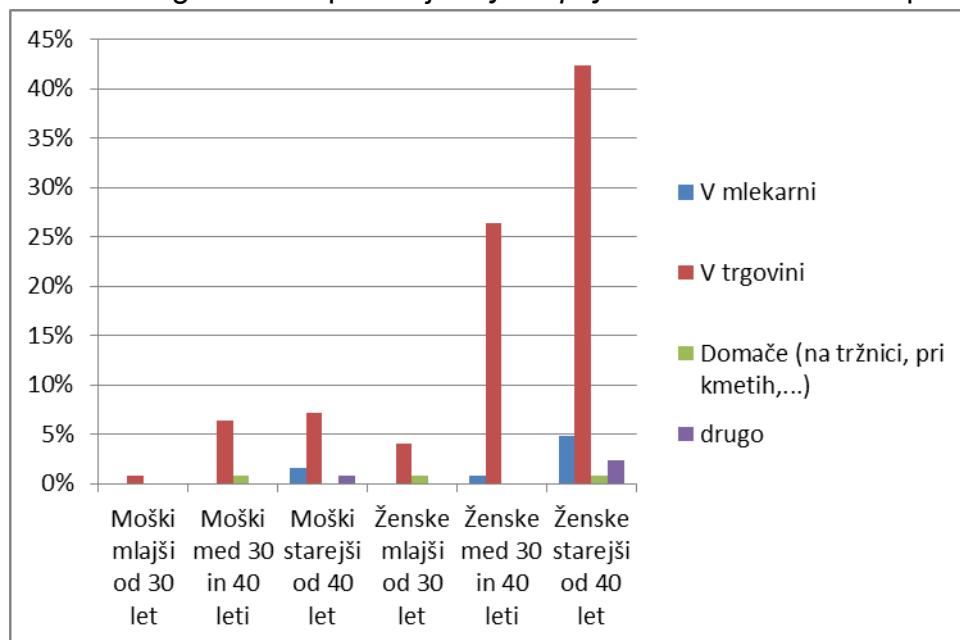
Pri temu grafu so prikazani odgovori tako, kot smo jih pričakovali. Ugotovili smo, da na naši šoli otroci ne kupujejo živil. Nakupi hrane so največkrat naloga žensk, večkrat se zgodi, da hrano nabavljajo tudi dedki in babice oz. drugi člani družine.

Graf 53 Odgovori na vprašanje "Kje kupujete sadje in zelenjavo?" pri starših



Iz podatkov v tem grafu je razvidno, da starši najpogosteje kupujejo sadje in zelenjavo v trgovinah. Nismo pa pričakovali, da toliko staršev kupuje domače pridelke. Na tržnici in pri kmetih največkrat kupujejo ženske.

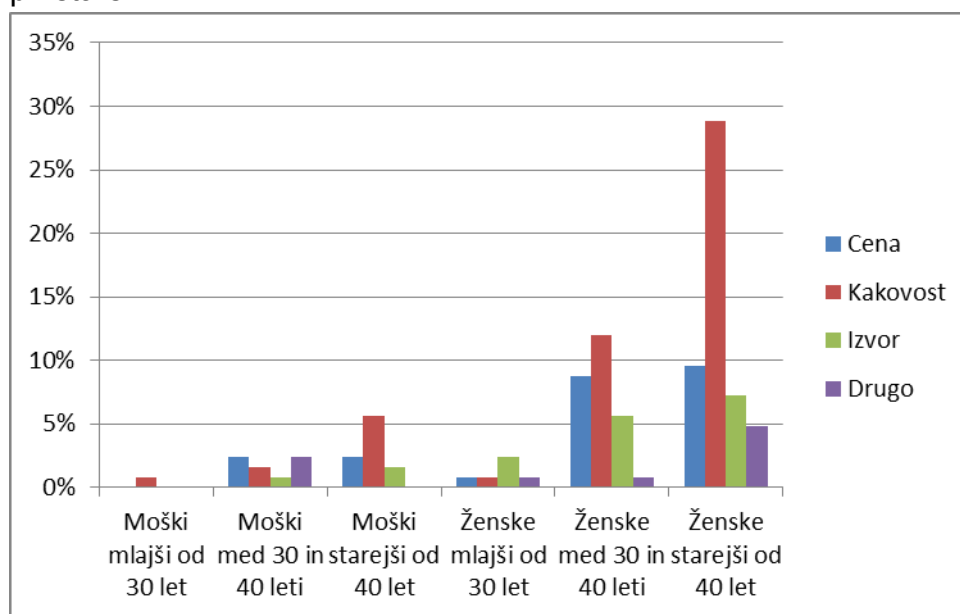
Graf 54 Odgovori na vprašanje "Kje kupujete mlečne izdelke?" pri starših



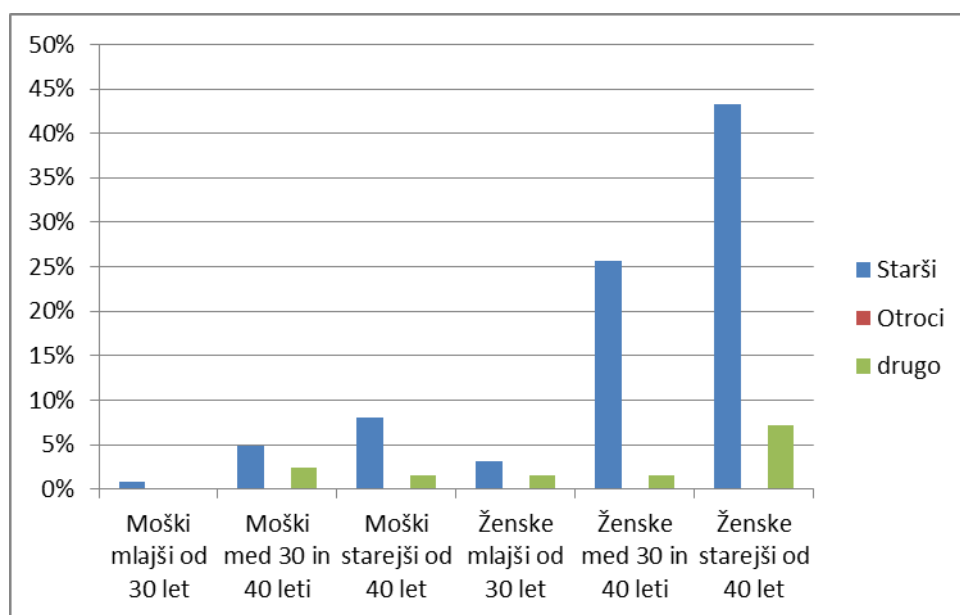
Tudi tukaj nismo presenečeni nad odgovori, ki so nam jih dali starši. Razočaralo nas je to, da dobrih 5% staršev kupuje v mlekarni. Ker je mlekarna v bližini naše šole,

smo pričakovali, da več staršev nakupuje v njej. Res pa je, da enake izdelke lahko kupijo v katerikoli samopostrežni trgovini, kjer lahko kupijo še ostala živila. S tem pa prihranijo na času, saj obišejo eno trgovino namesto dveh. Le redki starši kupujejo mleko in mlečne izdelke na tržnici.

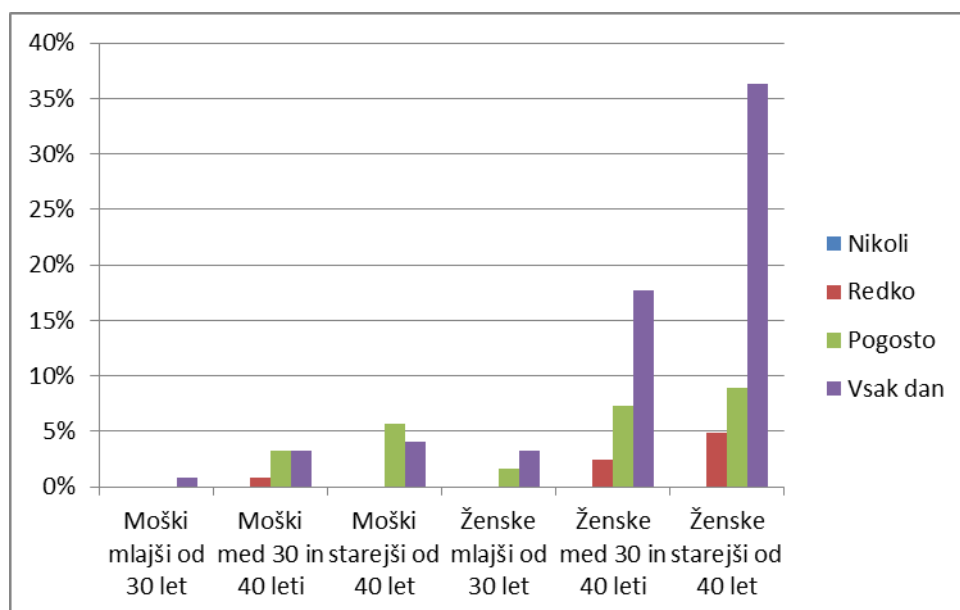
Graf 55 Odgovori na vprašanje "Na kaj ste najbolj pozorni pri nakupovanju hrane?" pri starših



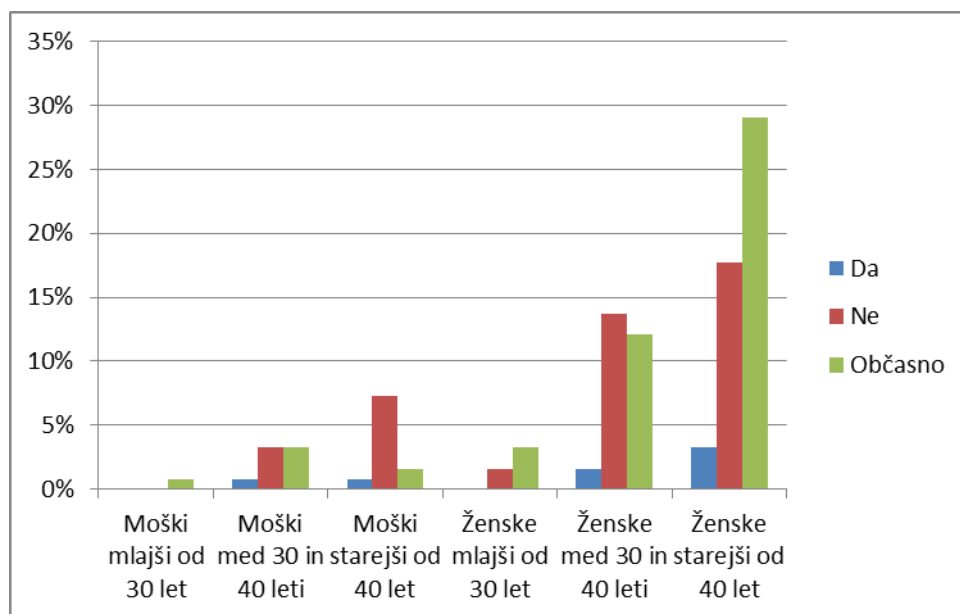
Rezultati kažejo, da starši pri nakupu živil dajo prednost kakovosti živil, nato ceni in nato izvoru hrane. Približno tretjina žensk daje prednost pri nakupu živil kakovosti, petina žensk ceni, dobrih 10 % žensk pa je pomemben izvor hrane.

Graf 56 Odgovori na vprašanje "Kdo pri vas pripravlja hrano?" pri starših

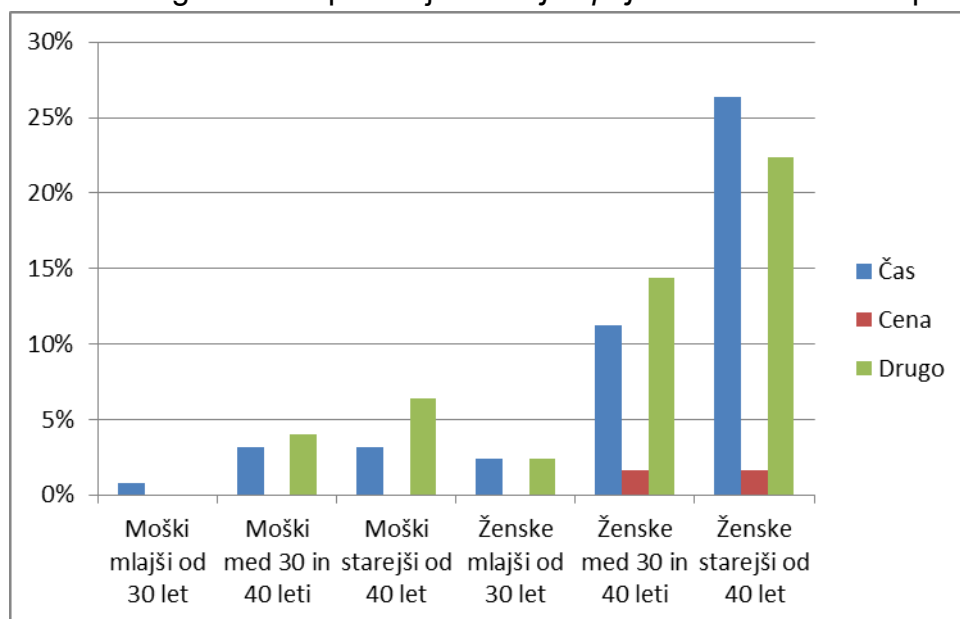
Doma pripravljajo hrano starši. Ni bilo nobenih velikih presenečenj, saj smo pričakovali takšne odgovore.

Graf 57 Odgovori na vprašanje "Ali kuhate vsak dan?" pri starših

Podatki kažejo, da večina žensk kuha vsak dan, če pa kuhajo moški, to počnejo pogosto (torej ne vsak dan). Nihče od staršev ni odgovoril, da nikoli ne kuha.

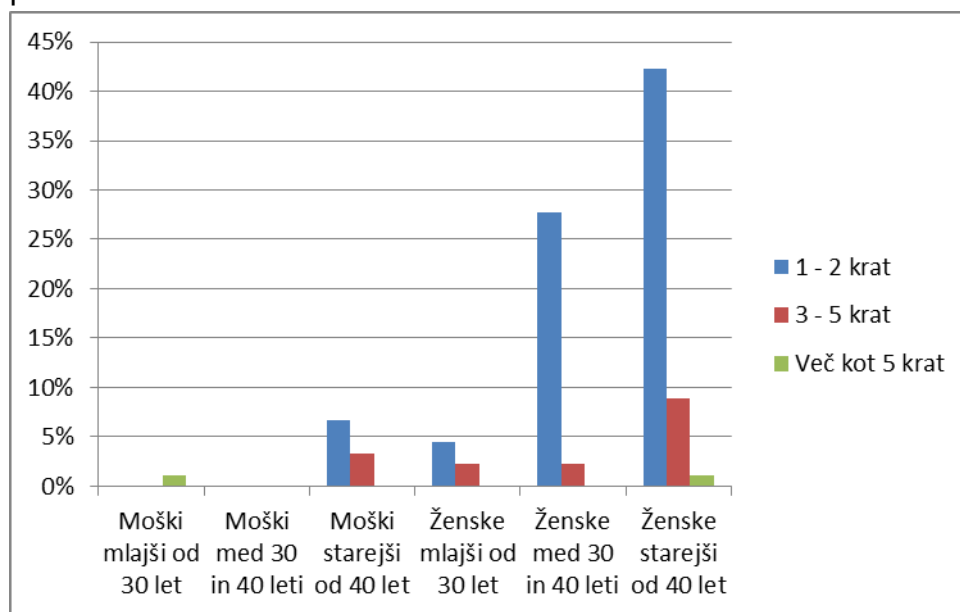
Graf 58 Odgovori na vprašanje "Ali doma kupujete hitro pripravljeno hrano?" pri starših

Odgovori na to vprašanje nas presenečajo, kajti najbolj pogosta odgovora sta občasno in ne. Mislili smo, da več ljudi kupuje hitro pripravljeno hrano.

Graf 59 Odgovori na vprašanje "Zakaj kupujete takšno hrano?" pri starših

Ne preseneča nas, da je odgovor cena zelo redek, kajti s kupovanjem hitre hrane ne prihraniš ravno veliko denarja. Predvidevali smo, da bo čas najpogostejši odgovor. Pri analizi ankete smo ugotovili, da smo tukaj naredili napako, saj pri anketi nismo dodali vprašanja, na katerega bi starši odgovorili, kakšni so drugi razlogi. Tako pa ne moremo vedeti, zakaj kupujejo hitro pripravljeno hrano. Lahko samo predvidevamo.

Graf 50 Odgovori na vprašanje "Kolikokrat na mesec jeste hitro pripravljeno hrano?" pri starših



Še posebej nam je všeč, kako malo je zelene barve na tem grafu. To pomeni, da se starši pogosto ne poslužujejo hitro pripravljene hrane. Zdi se nam normalno, da zaradi časa 1 – 2 krat na mesec družine jedo hitro pripravljeno hrano.

Zadnje vprašanje v anketnem vprašalniku je bilo odprtega tipa. Zanimalo nas je, katero hitro hrano kupujejo.

Odgovori na vprašanje "Katero hitro pripravljeno hrano kupujete?" pri starših

Odgovori, ki smo jih dobili pri tem vprašanju, nas niso ravno presenetili. Odgovori so bili zelo raznoliki, zato smo jih razdelili na najpogostejše in manj pogoste odgovore:

Najpogostejši odgovori so bili: pizza, McDonald's, hamburger, zmrznjena perutnina, ocvrti krompirček.

Manj pogosti odgovori so: kebab, pogrej in pojej (in druge vrste hran, ki se pogrejejo v mikrovalovni pečici), različni dodatki k hrani,...

3.4 Intervju z pridelovalcem zelenjave in lastnikom kmetije – Miran Jelen

V zimskem času smo obiskali kmetijo g. Mirana Jelena, kjer prideluje zelenjavo. Zelenjavo nato prodaja na tržnici in od doma. Razkazal nam je celotne obdelovalne površine in nam bolj podrobno razložil, kaj počne. Nato pa si je vzela čas in nam odgovoril na naslednja vprašanja.



Slika 13 – Obdelovalne površine (Vir : g. Miran Jelen)

Kakšno vrsto hrane prodajate (bio, konv, int.)? Ali nama lahko poveste nekaj o njej?

Prodajam hrano, ki je pridelana na konvencionalen način. Biološke hrane dejansko ni več oz. je zelo redka, kajti brez škropiv na pridelke pridejo živali in jih uničijo. Ne škropim pa vseh izdelkov, ampak samo tiste, ki to res potrebujejo.

Kako veliko je vaše pridelovalno območje?

Vse pridelovalne površine merijo 1 hektar.

Kako dolgo se ukvarjate z pridelavo zelenjave?

S tem se ukvarjam, že od otroštva, zato imam veliko izkušenj.

Katere izdelke pridelujete?

Pridelujem zelenjavo: radič, solato, špinačo, česen, čebulo, fižol, krompir, šparglje, paradižnik, korenje, zeleno, por, ohrovt...



Slika 14 – Obdelovalne površine 2 (Vir: g. Miran Jelen)

Kako vpliva ta vrsta hrane na okolje?

Ta škropiva, ki jih uporabljam na okolje nimajo nobenega vpliva.

Kje skladiščite izdelke?

Različni izdelki se skladiščijo drugače, npr. krompir v kleti, zelje/ohrovt se pokrije s folijo, por ostane na njivi...

Kako ohranjate svežino izdelkov?

Vse je naravno, izdelke prodam hitro po tem, ko jih pobrem.

Kako ocenjujete izdelke?

Jaz ne ocenjujem izdelkov, ker je že obstoječa tržna cena.

Ali mislite, da se vaša hrana razlikuje od hrane v trgovini? Naštejte nekaj prednosti vaših izdelkov.

(g. Jelen predlaga, da za prednosti vprašamo stranke)

V hrani je bistvena razlika. Poglejte namreč paradižnik v trgovini in domač paradižnik. Paradižnik, ki ga dobite v trgovini, je trd in traja dlje, medtem ko je domač paradižnik veliko bolj mehak in ima boljši okus.

Ko smo opravili intervju, smo opazili, da se nekateri odgovori ne ujemajo. Medtem ko je g. Miran Jelen rekel, da prideluje hrano pridelano na konvencionalen način, se njegov opis dela s tem ne strinja. Ko nam je razlagal postopek pridelave zelenjave, smo ugotovili, da se njegov način pridelave dejansko imenuje integrirana pridelava. Skrbi nas, kajti to kaže, da je splošno znanje o biološki, konvencionalni in integrirani hrani, premalo razširjeno. Zdi se nam, da veliko ljudi misli, da so si te vrste hrana enake, medtem ko se postopki pridelovanja zelo razlikujejo.

3.5 RAZPRAVA

Rezultati anket so nas velikokrat presenetili. Presenečajo nas tudi odgovori staršev, ki pravijo, da veliko sami kuhajo. Učenci so tudi odgovorili, da si pogosto kuhajo sami. Ali to pomeni, da v družini kuhajo večkrat na dan? Vsak zase? Ali pa so se učenci samo pokazali, da znajo kuhati. Pričakovali bi tudi, da si učenci pripravljajo hitro pripravljeno hrano in ne sveže, kot je pokazala analiza anket.

Glede na to, da ima veliko staršev finančne težave (veliko otrok ima v šoli regresirano prehrano, kar je samo eden od pokazateljev stiske), smo pričakovali, da pri nakupu hrane starši najbolj gledajo na ceno. Očitno pa jim ni vseeno, kaj jedo in velika večina da prednost kakovosti. Iz tega tudi sledi, da naša hipoteza številka štiri ni potrjena.

Mi smo bili nad tem pozitivno presenečeni, kajti večina staršev gleda na kakovost, kar je zelo pomembno.

Tudi rezultati raziskave Evropske komisije iz leta 2012 so pokazali, da je med slovenskimi potrošniki kakovost prehranskih izdelkov pri nakupovanju hrane po pomembnosti na prvem mestu – kot pomembno jo vrednoti 96 % vprašanih. Kakovost je postavljena celo pred ceno, ki jo kot pomembno pri nakupu vrednoti 91

% vprašanih. Poreklo pridelave pa je zelo pomembno za kar 81% potrošnikov, kar Slovence uvršča na tretje mesto v EU-27.

(http://www.ekologicen.si/article/1037/Kako_se_znajti_v_d%C5%BEngli_bolj_in_ma_nj_kakovostne_hrane, 2. 2. 2015)

Enake rezultate je pokazala tudi anketa pri starših naše šole.

3.6 DRUŽBENA ODGOVORNOST

V raziskovalni nalogi smo veliko razmišljali tudi iz vidika družbene odgovornosti. Menimo, da starši premalokrat pošljejo svoje otroke v trgovino in jim povedo, kakšna hrana je kvalitetna, kar vodi do tega, da otroci ne vedo toliko o tem od kod izvira hrana. Posledica je tudi, da so nekateri učenci (med njimi tudi devetošolci) mnenja, da sta zdrava hrana samo sadje in zelenjava. Naša velika želja je tudi, da bi se učenci naše šole oz. na splošno vsi učenci bolj zanimali za pridelavo in izvor hrane, ki jo jedo.

Zdi se nam, da je v slovenskih trgovinah premalo biološke hrane in mnogo preveč konvencionalne. Mislimo, da bi ljudje morali gledati na kvaliteto bolj kot na kvantiteto. Glede na to, da imajo lahko slovenski kmetje dokaj velike obdelovalne površine, bi lahko bil pridelek biološke hrane mnogo večji.

Upamo, da bomo s to raziskovalno nalogo vsaj malo spodbudili slovenske kmete (in tudi trgovine), da bodo spremenili svoj način obdelave iz npr. konvencionalnega na biološkega, kajti res smo dobili občutek, da bi lahko takšen način obdelave v Sloveniji razcvetel.

4. ZAKLJUČEK

Ker je raziskovalna naloga »Ali vemo, kaj jemo« naša prva raziskovalna naloga, nismo vedeli, kaj lahko pričakujemo. Sprva se nam je zdelo, da za nalogo ne bo potrebno veliko truda, zato smo si vzeli čas z izbiranjem teme in vprašanji za anketo. To je bila napaka, kajti ugotovili smo, da raziskovalna naloga ni šala, ampak je zanjo potrebno veliko truda.

Namen raziskovalne naloge je bil, da nam ne sme biti vseeno, kakšno vrsto hrane uživamo in od kod ta hrana izvira. S pomočjo ankete smo prišli do različnih podatkov, do različnih razmišljanj o izvoru hrane in kako ljudje gledajo nanj, kako učenci naše šole in njihovi starši gledajo na izvor in poreklo hrane, ko hrano kupujejo, pripravljajo, čemu dajejo prednost pri nakupovanju, kje kupujejo določena živila ipd. Ugotovitve, ki smo jih pridobili pri naši raziskavi so različne, povsod nismo pričakovali takšnih rezultatov, kot smo jih pridobili. Zdelo se nam je, da bo več učencev vedelo, kaj je zdrava prehrana, saj se o tem učimo že od majhnih nog. Upamo, da bo mogoče kdo zaradi nas začel bolj pogosto razmišljati o izvoru hrane in kako je pridelana.

Na začetku naloge smo si postavili hipoteze, ki smo jih med raziskovalno nalogo potrdili ali zavrgli:

1. Hipoteza : Biološko pridelani izdelki so bolj kvalitetni od konvencionalnih izdelkov.
2. Hipoteza : 6. in 7. razred se za izvor hrane zanimata manj od 8. in 9. razreda.
3. Hipoteza : Učenci se za izvor hrane zanimajo manj od staršev.
4. Hipoteza : Pri nakupu hrane starši gledajo najbolj na ceno.
5. Hipoteza : Starši najpogosteje kupujejo hrano v trgovinah.
6. Hipoteza : Ženske se za izvor hrane zanimajo bolj od moških.

Potrdili smo prvo hipotezo, podatki, ki smo jih našli v teoretičnem delu naloge, so našo hipotezo potrdili. Biološko pridelani izdelki so bolj kvalitetni od konvencionalnih izdelkov, ampak se hitreje pokvarijo. Druge hipoteze ne moremo potrditi, kajti za izvor hrane se zanima le majhno število učencev. Za izvor hrane se večinoma zanimajo le moški iz 7. in 9. razreda. Prvotno smo mislili, da se za izvor hrane starši zanimajo bolj od učencev. To mišljenje smo potrdili odgovori na anketna vprašanja. Razlike med zanimanjem za izvor hrane so drastične. Ne zdi se nam v redu, da se pri tolikšnih

družinah za izvor hrane zanimajo le starši. Skrbi nas, da učenci nikoli ne bodo vedeli, kaj jedo. Četrto hipotezo smo ovrgli, zelo smo se motili. Pozitivno nas je presenetilo, da toliko ljudi gleda na kakovost izdelka in ne samo na njegovo ceno. Peto hipotezo smo potrdili, tukaj ni bilo nobenih presenečenj, saj tudi naše družine najpogosteje hrano kupujejo v trgovini. Šeste hipoteze nismo potrdili. Ugotovili smo, da je večja razlika v odgovorih, če gledamo na starost. Po spolu ni ravno velikih razlik, razen anketirancev mlajših od 30 let.

Srečni smo, da smo našo prvo raziskovalno nalogo opravili. Z njo smo pridobili veliko uporabnega znanja in sedaj se zavedamo nekaterih problemov slovenskega gospodinjstva. Obžalujemo le to, da nismo opravili nobenega poskusa s hrano, kajti zmanjkalo nam je časa.

Za nalogo smo se odločili, ker nam ni vseeno, kaj damo v usta.

5. PRILOGA

ANKETA ZA UČENCE

Sva učenki 8.a razreda in delava raziskovalno nalogo s področja prehrane. Anketa je anonimna. Prosiva te, da na vsa vprašanja odgovarjaš resno, saj bova tako pridobili pomembne informacije, ki nama bodo pomagale pri raziskavi.

1. Spol: M Ž

2. Razred: 6. 7. 8. 9.

3. Ali misliš, da doma jeste zdravo hrano?

- a) DA
- b) NE

4. Kaj misliš, da je zdrava prehrana?

5. Ali te zanima kje pridelujejo tvojo hrano?

- a) DA,
- b) NE

Utemelji svoj odgovor : _____

6. Ali si doma tudi sam pripravljala hrano?

- a) DA
- b) NE

*Če si pri šestem vprašanju obkrožil/-a odgovor **DA**, nadaljuj s naslednjim vprašanjem, če pa si obkrožil **NE** pa nadaljuj z osmim vprašanjem.*

7. Kakšno vrsto prehrane si največkrat pripraviš?

- a) Hitro hrano (hrane iz vrečke, pogrej in pojej, ipd.)
- b) Svežo hrano

8. Ali ješ kosilo v šoli?

- a) DA,
- b) NE.

*Če si pri osmem vprašanju obkrožil/-a odgovor **DA**, nadaljuj z naslednjim vprašanjem, če pa si obkrožil/-a **NE** pa na vprašanja več ne odgovarjaj.*

9. Si zadovoljen/-a s hrano?

- a) DA,
- b) NE
- c) Spremenil/-a bi : _____

Hvala za sodelovanje!

ANKETA ZA STARŠE

Sva učenci 8.a razreda in delava raziskovalno nalogo s področja prehrane. Anketa je anonimna. Prosim vas, da odgovorite resno na vsa vprašanja, saj bova tako pridobili pomembne informacije, ki nama bodo pomagale pri raziskavi.

1. Spol: M Ž
2. Starost: ____
3. Ali ste doma pozorni na izvor in poreklo hrane, ki jo kupite?
 - a) DA
 - b) NE
4. Kdo pri vas nakupuje živila?
 - a) starši
 - b) otroci
 - c) drugo: _____
5. Kje kupujete sadje in zelenjavo?
 - a) v trgovini
 - b) na tržnici
 - c) doma pridelano
 - c) drugo: _____.
6. Kje kupujete mlečne izdelke?
 - a) v mlekarni
 - b) v trgovini
 - c) na tržnici
 - d) drugo: _____.
7. Na kaj ste najbolj pozorni pri nakupovanju hrane?
 - a) cena
 - b) kakovost
 - c) izvor
 - d) drugo: _____
8. Kdo pri vas pripravlja hrano?
 - c) starši
 - d) otroci
 - e) drugo: _____
9. Ali kuhate vsak dan?
 - a) DA
 - b) NE
 - c) Pogosto
 - d) Redko
10. Ali doma kupujete hitro pripravljeno hrano?
 - a) DA
 - b) NE

c) Občasno

*Če ste pri desetem vprašanju obkrožili odgovor **DA** ali **Občasno**, nadaljujte z naslednjimi vprašanji, če pa ste obkrožili **NE** pa na vprašanja več ne rabite odgovarjati.*

11. Zakaj kupujete takšno hrano?

- a) čas
- b) cena
- c) drugo _____.

12. Kolikokrat na mesec jeste hitro pripravljeno hrano?

- a) 1-2 krat
- b) 3-5 krat
- c) Več kot 5 krat

13. Katero hitro pripravljeno hrano kupujete?

Hvala za sodelovanje!

6. VIRI IN LITERATURA

<https://www.zps.si/index.php/hrana-in-pijaa-topmenu-327/oznaevanje-ivil-topmenu-328/6841-potrosniki-zelimo-vedeti-oznacevanje-porekla-ozroma-izvora-zivil>, 12. 12. 2014

<http://sl.wikipedia.org/wiki/Hrana> 10. 12. 2014

http://duhovnost1.dev.bananadmin.com/si/Novice/Evropejci_zelijo_jasno_oznacitev_i_zvora_ozroma_porekla_zivil/, 10. 12. 2014)

http://duhovnost1.dev.bananadmin.com/si/Novice/Evropejci_zelijo_jasno_oznacitev_i_zvora_ozroma_porekla_zivil/, 10. 12. 2014

<https://www.zps.si/index.php/hrana-in-pijaa-topmenu-327/oznaevanje-ivil-topmenu-328/6841-potrosniki-zelimo-vedeti-oznacevanje-porekla-ozroma-izvora-zivil>, 12. 12. 2014

http://roncaldo.com/roncaldo/wp-content/uploads/2006/12/oznacba_porekla_2.gif
12.1.2015

http://www.slovenia.info/pictures%5Cprogram%5C1%5C2010%5Cidrijski_zlikrofi_-_foto_Jani_Peternelj_277692.jpg 12.1.2015

<http://www.revijagostinec.si/images/common/user/image/znak-integrirani.jpg>,
12.1.2015

<http://www.integrirana-pridelava.si/o-integrirani-pridelavi.php> 14.1.2015

<http://www.biosi.si/images/custom//eko.oznake.jpg> 16.1.2015

http://www.dynamicchiropractic.ca/content/images/organic_food_41194_1_1_1270.jpg
19.1.2015

http://www.ekologicen.si/article/1037/Kako_se_znajti_v_d%C5%BEEungli_bolj_in_maj_kakovostne_hrane, 2. 2. 2015