

Dijaška malica

(ocena)

V svoji oceni bom skušala čim bolj objektivno in nazorno prikazati pozitivne ter negativne lastnosti malice, ki jo mi - dijaki zaužijemo vsak dan. Dotaknila sem bom organiziranosti dijaške malice, zdravstvene ustreznosti, energijske vrednosti, načina prehranjevanja in socialnega vidika.

Moje prve pripombe padajo na organiziranost dijaške malice na gimnaziji Koper. Spodbujam angažiranost socialne delavke pri podeljevanju bonov za subvencionirano prehrano, vendar se moramo spotakniti ob dejstvo, da je to tudi vse, kar je šola storila za prehrano dijakov. O šolski menzi lahko samo sanjamo, saj prostorska stiska in finančni viri tega ne dopuščajo. Tako se mora vsak posameznik znajti sam. Nekateri problem prehranjevanja rešijo tako, da sploh ne malicajo, drugi si prinesejo že pripravljene sendviče od doma, tretji se tik po zvonjenju nagnetejo v okoliških trgovinah in lahko samo upajo, da bodo prišli do hrane pred koncem glavnega odmora.

Zdravstvena ustreznost in energijska vrednost malice sta prepuščeni izbiri posameznika. Med glavnim odmorom lahko vidimo dijake jedoč vse od sendvičev, pic pa do nizkokaloričnih jogurtov in sadja. Sendvič in pica lahko zadostita potrebe telesa po ogljikovih hidratih in maščobah, a vanj ne moreta vnesti potrebnih vitaminov in mineralov. Zato imamo na drugi stani sadje in jogurte, ki so vitaminsko polni, a dijaku, ki mora dnevno poslušati ure predavanj, ne moreta nuditi zadostne energijske vrednosti in občutek lahkote se lahko kmalu vrne.

Način prehranjevanja se razlikuje od vrste malice, ki si jo dijak izbere. Kupovanje sendvičev in pic v za malico namenjenemu odmoru vzame veliko časa. Po dolgem čakanju v natrpanih trgovinah dijaku ostane malo časa. Tako mu ne preostane drugega, kot da si, medtem ko hiti na naslednjo uro, malico na hitro zbaše v usta. Dijaki, ki si s seboj prinesejo že pripravljeno malico, jo večinoma zaužijejo sede v šolskem atriju ali v eni izmed šolskih učilnic. Veliko jih, kljub prepovedi, malico poje kar v knjižnici.

Socialni vidik, to je cena, zavest in kultura malicanja, je nizek. Tukaj lahko ponovno pohvalimo bone za subvencionirano prehrano, saj bi niziki družinski dohodki s težavo omogočili kakovostne obroke. Kupovanje malice lahko nanese tudi do dva tisočaka na teden, kar je za dijaka s še tako visoko žepnino kar hud udarec. Glede zavesti in kulture malicanja smo že veliko slišali v zgornjih odstavkih. Lahko le še ponovimo, da sta le-ta velik problem. Nekateri sploh ne malicajo, ostali pa v pomankanju časa kupujejo nezdarvo hitro pripravljeno prehrano, ki kviri prebavo današnje mladine.

Kot zgled srednjim šolam bi lahko dali osnovnošolsko prehrano. V šolski kuhinji vsakodnevno pripravijo zdarvo in raznoliko malico, ki zadostuje potrebam učencev. Del malice plača država, ostalo pa starši otrok z mesečnimi položnicami. Upamo, da bo vse večja osveščenost o pomenu prehranjevanja pripravila slovesne srednje šole do uvedbe organizirane malice. Tako bi dijaki končno dobili zdravo, kalorično in predvsem kakovostno pripravljeno hrano, za katero se ne bi bilo treba iz dneva v dan boriti s sošolci v bližnji trgovini.