

A yellow circular icon containing a white line-art illustration of a fork, a plate, and a knife.

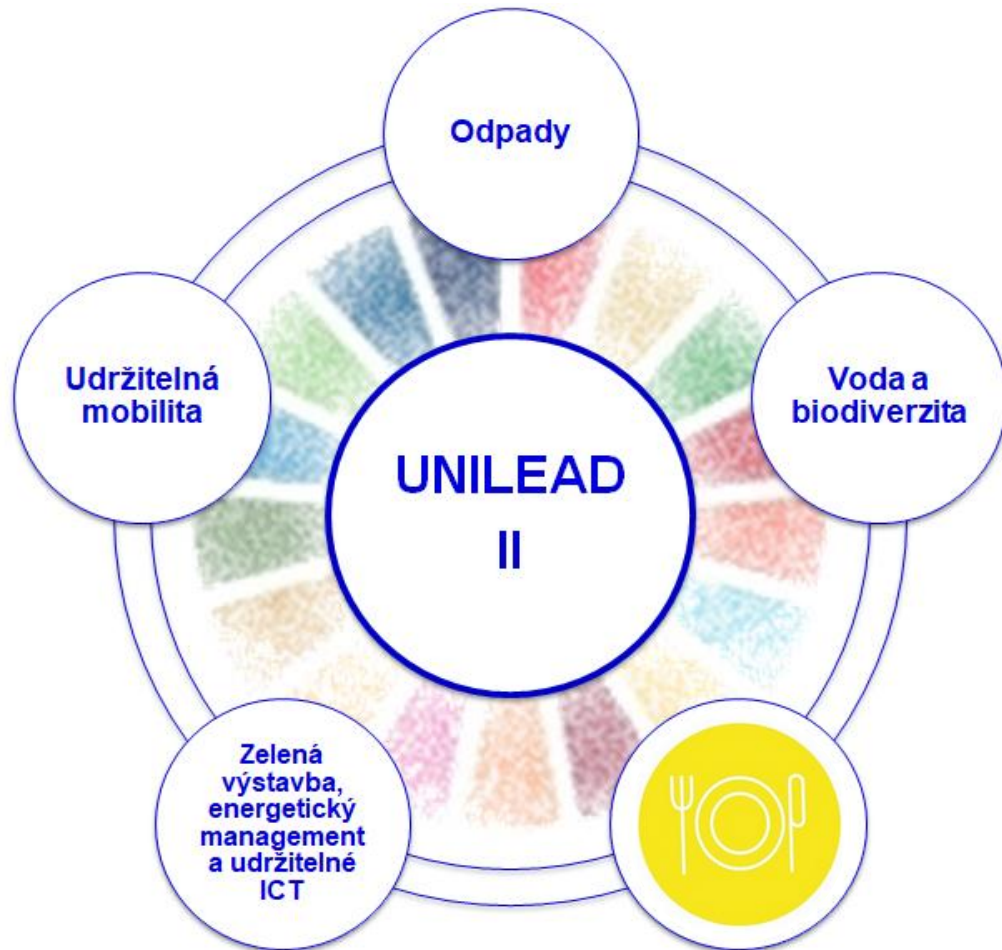
Stravování:

Závěrečná konference – prezentace výstupů projektu

Dana Kapitulčinová, Sylvie Formánková a členové UNILEAD II Stravování

dana@czp.cuni.cz

8. 12. 2023, hybridně z Brna



UNILEAD II Stravování – v roce 2023 zapojeno 9 institucí (dle osob v PS):

- Garant - UK
- Spolutvůrce - MENDELU
- Člen – MU, UPOL, VUT, VŠE, VŠCHT, VŠPJ, UHK



Aktivity v roce 2023

Společné v rámci pracovní skupiny Stravování:

=> koordinace, výměna zkušeností, tvorba vzorové strategie

- **1.1 Úvodní proškolení UNILEAD II (17.2.)** – hybridně z UPOL, úvod do tématu
- **1.3 Úvodní setkání pracovní skupiny (14.3.)** – sdílení zkušeností, příprava na společnou práci na mapování atp.
- **3.1 Společný workshop analytický (25.5.)** – výsledky mapování
- **4.1 Společný workshop návrhový (12.10.)** – příprava strategie a sdílení aktuálních zkušeností ze zapojených VŠ



Aktivity v roce 2023

Na jednotlivých zapojených VVŠ:

=> zapojení studentů a zaměstnanců v rámci konkrétních aktivit ke stravování („engagement for sustainability“)

- Příklady dobré praxe z mnoha zapojených VVŠ



Aktivity na UK

- Školení kuchařů v přípravě rostlinných jídel ve spolupráci s ProVeg Česko
- Den Země s upravenou nabídkou ve prospěch bezmasých, rostlinných jídel
- Od září 2023 minimálně 1 vegan a 1 vegetarián jídlo denně
- Článek v univerzitním časopise Forum
- Akce „Udržitelnost žeru!“ v rámci ETUR 2023 (20.9.)

Děkujeme za spolupráci KaM UK, UK Point, ProVeg!



Foto zdroj: Dana Kapitulčinová, COŽP UK



Zdroj foto: ProVeg



„Udržitelnost žeru!“ na UK

- Přednáška a následná ochutnávka: 6 různých jídel na bázi rostlinných ingrediencí (u každého jídla název a alergeny, infografiky ohledně environmentálních aspektů udržitelnosti stravování)
- Cca 65 účastníků (studenti, zaměstnanci, externí)
- Organizace: COŽP UK, Studentská Hybernská, Kampus Hybernská, UK Point (manažerka udržitelnosti UK), FSV UK (grafika), ProVeg Česko
- Zapojení studentů FSV do propagace projektu a akce – spolupráce s dr. Koudelkovou
- Roll-upy UK a ProVeg
- Odpad: pouze ubrousky



Stravování **Unilead 2**

Udržitelnost žeru!

Jak dobře jíst a nesníst si půdu pod nohama?

Přednáška s ochutnávkou vám objasní současné poznatky a trendy v udržitelném stravování. Dozvíte se, jak se přirodně najít a ohledem na své zdraví, klima, půdu i zvířata. Získáte praktické informace do svého každodenního života nejen třeba v restauraci, ale také v ochutnávání různých jídel na bázi rostlinných ingrediencí. Přijďte ochutnat váš jídelníček!

Aktiva se koná v rámci Evropského týdne udržitelného rozvoje, je organizována a spolufinancována Centrem pro otázky životního prostředí UK z programu UNILEAD 2 – Engagement for sustainability - University leaders in SDGs II (financováno MŠMT), UK Pointem, Kampussem Hybernská, Studentskou Hybernskou a mediálními organizacemi ProVeg Česko. Akce je primárně cílená na studenty a zaměstnance UK, ale vítáni jsou i zájemci o téma z řad veřejnosti.

Přednášející:
Dana Kapitušínová, Ph.D.
výzkumnice v oblasti udržitelnosti stravování, Centrum pro otázky životního prostředí, Univerzita Karlova

Mirka Philippi
výživová specialista nejen v oblasti rostlinné stravy, ProVeg Česko a Eat With Love

Kdy? Středa 20. září 2023, 16 – 18 hod	Kde? Kampus Hybernská, hlavní sál
--	---

UNIVERZITA KARLOVA





Aktivity na MENDELU

- Zavedení zálohovaných vratných obalů na pokrmy a teplé nápoje
- Seminář zaměřený na principy zdravého stravování dle zásad tradiční čínské medicíny - interní, pro zástupce z vedení menz, mateřské školy Hrášek, členy projektu UNILEAD na MENDELU a doplněno o kolegy, kteří se nějak o problematiku zajímají



<https://mendelu.cz/novinka-v-menze-vratne-rekrabičky-místo-jednorazových-boxu-na-jídlo-s-sebou/>



Zdravé stravování dle zásad tradiční čínské medicíny

Seminář s odborníci na TČM MUDr. Kateřinou Pospíšilovou, Ph.D.

Pro všechny zájemce o zdravé stravování a pro ty, kteří hledají alternativní způsoby léčby a prevence nemocí
Získáte základní znalosti o TČM dietetice:

1. Základní principy TČM dietetiky a jakým způsobem jsou využívány k udržení zdraví
2. Klasifikace potravin podle jejich původu, chuti, barvy a tepelné potravy
3. Zásady prevence onemocnění správně zvolenou stravou v jednotlivých ročních obdobích

15. 6. 2023 12 - 16 hod.
zasedací místnost Ústavu managementu
4.patro budova Q





Aktivity na MUNI

- Iniciativa UKZM = Udržitelná správa kolejí a menz
- Cíle v oblasti udržitelného stravování, informování na webu
- Patero odpovědného strávnicka MU v rámci ETUR 2023

Udržitelná správa kolejí a menz

Zajímají Vás detaily vztahu stravování na MU a udržitelnosti? Správa kolejí a menz (SKM) vytvořila dedikovaný web k tématu udržitelného stravování na Masarykově univerzitě. Pro přechod na web udržitelné SKM (USKM) pokračujte přes odkaz níže.

[DETAILY ZDE](#)

Menza udržitelně

Protože nám záleží na našem okolí



ETUR
2023

Patero odpovědného
strávnicka MU

#TYDENUDRZITELNOSTIMUNI



Kdo objedná, ten má

Pomůžeš nám zamezit
přetvárním jídlem,
když využiješ náš
objednávkový systém

#TYDENUDRZITELNOSTIMUNI



Z vlastního chutná nejlip

Jídlo z menzy je možné
odnést si s sebou:

recyklovaný obal 5 Kč
BIO menu box 11 Kč
vlastní nádoba **ZDARMA**

#TYDENUDRZITELNOSTIMUNI



Každý kolik zvládne

All you really CAN eat!

Zvaž velikost své porce
a neváhej si říct o menší.
Zamezíš tak přetvárním jídlem.

#TYDENUDRZITELNOSTIMUNI



Zajímej se nejen o to, co je na talíři

Zohledňujeme standardy
pro odpovědnější přístup
k přírodním zdrojům
s ohledem na lokálnost.

#TYDENUDRZITELNOSTIMUNI



Odvaž se!

Experimentuj a zpestři si
jídelníček uhlíkově
neutrálnějším jídlem.

Odlehčíš sobě i planetě.

#TYDENUDRZITELNOSTIMUNI





Aktivity na UPOL

- Školení v přípravě rostlinných pokrmů ve spolupráci s ProVeg Česko
- Rozšířená nabídka vegetariánských jídel během ETUR 2023

PRO ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

UNIVERZITA PALACKÉHO S NÁMI SPOLUPRACUJE NA
UDRŽITELNĚJŠÍ NABÍDKU VE SVÝCH MENZÁCH

14. 9. 2023



Projekt Udržitelné menzy pokračuje a na Univerzitě Palackého v Olomouci jsme 11. září zorganizovali školení o moderní rostlinné kuchyni. Personál menzy se dozvěděl, jaké může mít rostlinná strava benefity a jak používat veganské produkty při vaření.

<https://proveg.com/cz/upol-zahajeni-spoluprace/>



Aktivity na VŠB-TUO

- Zavedení zálohovaných vratných obalů na pokrmy a teplé nápoje

VŠB TECHNICKÁ | UNIVERZITNÍ
UNIVERZITA | MAGAZÍN
OSTRAVA | AKADEMIK

Žereme techniku a udržitelnost



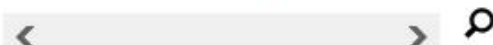
Od pondělí 18. září mají studenti a zaměstnanci VŠB-TUO možnost ve stravovacích zařízeních univerzity využívat znovupoužitelné krabičky a kelímky.

<https://www.vsb.cz/magazin/cs/detail-novinky/?reportId=45975&linkBack=%2Fmagazin%2Fcs%2Findex.html>



Zhodnocení výstupů UNILEAD 2

- Reálné změny v provozu stravovacích zařízení na řadě zapojených VVŠ – zálohované obaly, změny v jídelníčku, nákup surovin
- Osvětové akce – směrem dovnitř i navenek
 - Článek v časopise *Universitas* – rozhovor s koordinátorkou PS
 - Představení projektu v rámci přednášky „Udržitelné stravování“ na UK (Kurz udržitelného rozvoje) a UPOL (Udržitelnost v teorii i praxi)
 - Zmínka o projektu na semináři v Poslanecké sněmovně Parlamentu ČR k novým trendům v potravinářství (roll-up)
 - Mnohé dílčí aktivity na zapojených VVŠ
- Vytvořená vzorová strategie (tzn. Dílčí generická strategie) v podobě checklistů a příkladů z praxe pro oblast udržitelného stravování – k využití (nejen) na VVŠ
- Příprava odborného recenzovaného článku z výstupů UNILEAD I v angličtině – pokračující spolupráce UK a MENDELU => přesah do zahraničí



tema 31. května 2023 | Zuzana Kermányová | 14 minut

V menze by se měli dobře najíst i vegetariáni a vegani. V Česku se udržitelné stravování teprve učíme

Vysoké školy v Česku si moderní a udržitelné stravování osvojují, zatím ale poměrně pomalu. Většina z nich nabízí jen velmi omezenou nabídku bezmasých jídel, nemají podchycené plýtvání potravinami, úsporu energií při vaření ani etickou stránku původu potravin, říká Dana Kapitulčinová z Centra pro otázky životního prostředí UK. K určitému posunu už však v univerzitních menzách dochází, začínají inovovat jídelničky, potraviny nabízejí ve vratných krabičkách či kelimcích. A školy se spojují v projektech, ve kterých sdílí dobrou praxi a doporučení.

<https://www.universitas.cz/tema/10550-v-menze-by-se-meli-dobre-najist-i-vegetariani-a-vegani-v-cesku-se-udrzitelne-stravovani-teprve-ucime>



PARLAMENT ČESKÉ REPUBLIKY
POSLANECKÁ SNĚMOVNA

poslankyně Klára Kocmanová

Ministerstvo životního prostředí



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Nové trendy v potravinářství - příležitost pro českou ekonomiku, zdravější společnost a udržitelnou budoucnost?

organizován místopředsedkyní Výboru pro životní prostředí Klárou Kocmanovou
pod záštitou ministra životního prostředí Petra Hladíka a ministra zdravotnictví Vlastimila Válka

31. 10. 2023, 9:00-13:00

Místnost E 48 (Konírna), Poslanecká sněmovna Parlamentu ČR, Malostranské nám. 7/19

<https://www.psp.cz/sqw/cms.sqw?z=18069>



Foto zdroj: Dana Kapitulčinová, COŽP UK



Stravování Unilead 2

Udržitelnost žeru!

Jak dobře jíst a nesníst si půdu pod nohama?*

Jezte pestře

Zaučte svůj jídelníček na pestře šleše rostlinných ingrediencí a menším podílem živočišných produktů.



Věděli jste, že...

...dobrým zdrojem bílkovin je nejen maso, ale také luštěniny a obiloviny?

...jedna porce masového jídla (např. karbonátů) má zhruba stejný dopad na klima jako tři porce jídla bezmasého (např. smaženého květáku)?

...gestři jídelníček vám dodá všechny potřebné živiny pro zdravý život a zároveň podpoří rozmanitost zemědělské krajiny?

Věděli jste, že...

...ročně v EU vyplýváme zhruba 127 kg potravin, z toho 55% se vyhodí v našich domácnostech, menší podíl pak v restauracích a stravovacích službách?

...v roce 2023 skončí dle nejnovějších odhadů v koflí, kompostu a odpadních trubkách potravin v hodnotě 3519 Kč na obyvatele ČR?

...dopozemím toho, co si koupíte či objednáte, usetříte nejen velké množství přírodních zdrojů, ale také vlastní peníze?

Neplývejte jídlem

Nechte si naservírovat a kupujte jen tolik, kolik sníte. Neplývejte se.

POTRAVINY NEVÍCE VYHAZUJE LIDÉ V DOMÁCNOSTECH



Vybírejte zodpovědně

Zohledněte ferové pracovní podmínky farmářů a producentů. Upevňujte místní a sezónní produkci, dbejte ze systému ekologické produkce. Myslete také na vlastní potěchu zvířat.

PŘÍKLADY ZNAČENÍ MÍSTNÍCH, EKOLOGICKÝCH A FEROVÝCH POTRAVIN V ČR



Věděli jste, že...

...celosvětově pracuje asi 108 milionů lidí v zemědělství místo toho, aby chodily do školy? Nežlástý je otázka a mučená práce v produkci potravin zmiňována u kávové šlomy, banánů, kávy, kakaa, dobytka, ryže a pš?*

...výběrem produktů z místní a ekologické produkce podporujete lokální zemědělce, kteří šetrně hospodáří v naší krajině a respektují potřeby hospodářských zvířat.

...koupí produktů ze systému ferového občana si zase můžete vychutnat kávu či čokoládu s vědomím, že při jejich výrobě nebyla využita dětská či mučená práce.

*Doporučení vychází z odborné pracovní skupiny „Stravování“ projektu UNILEAD II. Garantem je Dana Kapitulčinová, Ph.D. z Centra pro otázky životního prostředí UK.

Číslo: Stravování 2023 | 1. vydání, 10.10.2023 | www.unilead2.cz | UNILEAD II. Garantem je Dana Kapitulčinová, Ph.D. z Centra pro otázky životního prostředí UK.



Představení vzorové strategie Stravování

- Obsahuje:
 - Oblast udržitelného stravování v kontextu SDGs
 - Typické překážky k nastavení a implementaci strategie udržitelného stravování na VVŠ
 - Překryvy oblasti Stravování s dalšími oblastmi projektu UNILEAD II
 - Varianty strategie Stravování
 - 1) **Obecný checklist pro úvodní analýzu** stavu poskytování stravovacích služeb v kontextu dané VŠ (společný pro všechny vysoké školy)
 - 2) **Specifické checklisty pro přípravu (či aktualizaci) konkrétní strategie** s obsahem tématu udržitelného stravování (specifický dle stavu na dané VŠ) => 4 možnosti: vlastní provozy, pronajaté provozy, bez vlastních stravovacích služeb, kombinace předchozího
 - Přílohy

Projekt UNILEAD II – PS Stravování, finální verze k 1. 12. 2023

Dílčí generická strategie UNILEAD II: Stravování

Obecný návod pro tvorbu strategií na vysokých školách v oblasti udržitelného stravování

Úvod a kontext v rámci SDGs a projektů UNILEAD

Celosvětově byly jako rámec udržitelného rozvoje mezinárodním společenstvím přijaty Cíle udržitelného rozvoje OSN, tzv. Sustainable Development Goals (SDGs)¹, které určují rozvojové cíle pro období v letech 2015 – 2030. Kvalitní strava obyvatel se velmi významně vztahuje k celé řadě SDGs (Obrázek 1). Kvalitou je zde míněna jak výživová stránka stravování, tak socio-ekonomický a environmentální rozměr související s výrobou a spotřebou potravin. Organizace OSN pro výživu a zemědělství definovala „udržitelnou stravu“ následovně²: „...strava s nízkým dopadem na životní prostředí, která přispívá k potravinové a výživové bezpečnosti a zdravému životu současných i budoucích generací. Udržitelná strava chrání a respektuje biodiverzitu a ekosystémy, je kulturně přijatelná, dostupná, ekonomicky spravedlivá a přístupná, výživově adekvátní, bezpečná a zdravá a vhodně využívá přírodních i lidských zdrojů.“

Obrázek 1. Příklad vztahu kvalitní stravy k celé řadě jednotlivých Cílů udržitelného rozvoje OSN (tzv. SDGs) – významné je propojení s environmentálními i socio-ekonomickými aspekty rozvoje.

Udržitelné stravování se tedy týká každého spotřebitele a každého poskytovatele stravovacích služeb. Výjimkou nejsou ani vysoké školy a jejich studenti, zaměstnanci i návštěvníci, stravující se v menzách, bufetech a dalších prostorách vysokých škol nabízejících občerstvení.

¹ Seznam zkratk použitých v dokumentu viz Příloha 1.
² FAO (2012) Sustainable diets and biodiversity: Directions and solutions for policy, research and action. <http://www.fao.org/docrep/016/i3004e/i3004e.pdf>

Stránka 1 z 31



Představení vzorové strategie Stravování

- Obsahuje:

- Přílohy

1. Informace o projektech UNILEAD a vzniku tohoto dokumentu
2. Seznam zkratk použitých v dokumentu
3. Vzorový dotazník pro úvodní analýzu současného stavu poskytování stravovacích služeb na dané vysoké škole vzhledem k tématu udržitelného stravování (4 strany, po úpravách vhodný i pro zmapování stavu na VVŠ bez vlastních stravovacích služeb)
4. Stanovení Vize, Cílů, Opatření a Měřítek postupu (Indikátory) pro oblast udržitelného stravování – včetně příkladů, jak postupovat
5. Přehled příkladů dobré praxe z českých VVŠ (ke konci roku 2023) – strategie UPOL a UK

Projekt UNILEAD II – PS Stravování, finální verze k 1. 12. 2023

Příloha 3. Vzorový dotazník pro úvodní analýzu současného stavu poskytování stravovacích služeb na dané vysoké škole vzhledem k tématu udržitelného stravování

Dotazník byl upraven na základě potkání pro zmapování situace na vysokých školách v projektu UNILEAD I (2022). Dotazník má za cíl zmapovat základní informace ohledně udržitelného stravování a situaci v rámci na dané vysoké škole. Informace by měly být následně analyzovány – ideálně pracovní skupinou či týmem udržitelného rozvoje – a na základě výsledků by měla být posléze formulována budoucí vize, cíle a opatření či opatření pro podporu udržitelného stravování na dané VŠ (viz Příloha 4).

Dotazník je možno sdílet s relevantními osobami pro doplnění informací jako Word či je možné ho „překopírovat“ do online verze (např. Google Formulář, Teams Formulář) pro snazší zpracování výsledných odpovědí. Volba formátu dotazníku by měla reflektovat preference osob, které budou dotazník vyplňovat, aby poskytl plnohodnotné informace. Dotazník je samozřejmě možno upravit dle potřeb dané VŠ.

NÁZEV INSTITUCE Je možno vyplnit za celou vysokou školu, případně za jednotlivé součásti (ve smyslu fakult, výzkumných center, atp.).	Např. Univerzita Karlova, Centrum Krystal
VYPRACOVAL(A) Uveďte prosím datum, jméno a kontakt osoby, která dotazník vypracovala. Je možné zmínit také další osoby, které se na vyplnění dotazníku podílely – oběi pro uchování informací v úse a případnou potřebu vyjasnění v průběhu analýzy dat.	Např. 25. 2. 2022, Dana Kapitulčinová, kontakt (email)
A. Stávající závazky vysoké školy vztahující se k udržitelnosti stravování/potravin (memoranda, strategické uchopení v oficiálních dokumentech) dané VŠ a/nebo její součástí?	ANO/NE Bližší popis či poznámka
B. Studentské spolky, zaměstnanecké či další iniciativy v oblasti udržitelnosti stravování/potravin na dané VŠ a/nebo její součástí?	ANO/NE Bližší popis či poznámka
C. Partneřství a organizacemi zabytými se udržitelností stravování/potravin?	ANO/NE Bližší popis či poznámka
D. Přehled stravovacích služeb a udržitelnosti v jednotlivých provozních linkách, obchůdky v kampusu, atp.) na dané VŠ a/nebo její součástí? Vytvořte seznam všech stravovacích služeb na Vaší instituci. 1) Vlastní stravovací zařízení s vlastními zaměstnanci (např. mensa)	Přehled vizte sem nebo vytvořte samostatný dokument.

Stránka 19 z 31

Projekt UNILEAD II – PS Stravování, finální verze k 1. 12. 2023

D.1. Suroviny
Do této skupiny patří například:
Zelenina a ovoce: „bio“ z ekologického zemědělství nebo systémy integrované produkce zeleniny „IPZ“, lokální - ze vzdálenosti do 100 km, sezónní – vypěstované v přírodních podmínkách dle ročního období, využití „šifných potravin“, které neodpovídají tradičním estetickým standardům, využití (bio)diverzity – staré a zapomenuté odrůdy, divoké plodiny – např. medvědí česnek, opad, vlastní produkce farmy, zahrada, květinářství
Maso: „bio“ z ekologického zemědělství, vysoký standard životní pohody zvířat, využití celého zvířete – i mláto mnohých částí – tzv. „nose-to-tail“, využití zvířetin, šlehače ohrázené drůbež
Ryby: z udržitelných zdrojů, udržitelné rybářské techniky (např. certifikace MSC, Friend of the Sea)
Ovčerství a vejce: „bio“ z ekologického zemědělství, vysoký standard životní pohody zvířat (z volného výběhu)
Mléčné produkty: „bio“ z ekologického zemědělství, vysoký standard životní pohody zvířat (pastva)
Trvanlivé potraviny: „bio“ kvalita, lokální produkty, bez palmového oleje
Nápoje: lahůtková voda, minimalizace odpadů (nepovaze), „bio“ kvalita, letně nakořádané s ledem
Stravování z rozvojových zemí: certifikace Fairtradeho sítě (Fair Trade) pro kávu, kakao, čokoládu, čaj, štiřinový cukr, banány, případně také pro tropické ovoce, šťavnatý, květin, koření, rýži), další certifikáty jako Rainforest Alliance, UTZ Certified, Bird Friendly, „bio“ z ekologického zemědělství, opad.

ANO/NE
Bližší popis či poznámka (režimní řešení, překládky a výjevy)

Stránka 20 z 31

[4 3 Sada vzorových strategií](#)



Jak dokument použít v praxi?

0

- **Rozhodnutí dané VŠ začít se tématu udržitelného stravování strategicky věnovat** (prerekvizita pro následnou analýzu stavu a přípravu či aktualizaci stávající strategie udržitelného rozvoje)

1

- **Analýza výchozího stavu poskytování stravovacích služeb na dané VŠ**
- Možno využít obecný checklist UNILEAD II Stravování - součást tohoto dokumentu níže (společný pro všechny VŠ)

2

- **Tvorba (či aktualizace) specifické strategie zahrnující oblast udržitelného stravování na dané VŠ**
- Možno využít jeden ze 4 specifických checklistů UNILEAD II Stravování - součást tohoto dokumentu níže (specifické dle stavu na dané VŠ)

3

- **Pravidelný monitoring a aktualizace přijaté strategie zahrnující oblast udržitelného stravování**
- Možno inspirovat se tímto dokumentem, sledovat aktuální vědecké poznatky a příklady dobré praxe ze zahraničních VŠ



Děkuji všem kolegům a kolegyním za spolupráci a Vám za pozornost!