

Koolinoorte kalarooegade kokanduskonkurss



Konkursi üldkirjeldus

- Sihtgrupp: Eesti üldhariduskoolide 1.-9. klassid
- Kampaania aeg: 10.01.-20.02.2022
- Välja tuli valida üks kalatoidu retsept; valmistada lemmikroog koos sõbra, sugulase, terve klassi või mistahes seltskonnaga ning teha sellest pilte ja võimalusel video; sisestada retsept koos fotode ja võimalusel videoga maandumislehel <https://kalatoidud.ee/nooredkokkama>
- Konkursi lõpus loosis kampaania maskott Siia-Miia välja kaks kooli, kes pääsesid restoran Noot peakoka Rudolf Visnapuu kokanduskoolitusele

Kampaania eesmärgid

Probleemi kirjeldus:

- Laste ja noorte toitumisharjumuste kujunemisel on sageli oluline roll esmakogemusel. Kui kokkupuude osutub ebameeldivaks, võib pelg kauaks saatma jääda. Seepärast pöörasime läbi isetegemise rõõmu tähelepanu kala kui toiduaine kasulikkusele ning "sihtsime" ka lapsevanemaid, kelle eeskuju toitumisharjumuste kujunemisel hindamatu.

Projekti eesmärgid:

- Innustada kampaania „Kala kõlab hästi“ raames kooliõpilasi kalatooteid tarbima ning ise kalaroogi valmistama;
- teadvustada sihtgrupis kala kasulikku mõju;
- tuua läbi lapsvanemate laste söögilauale rohkem kalatoite;
- aidata kaasa kalaroogade retseptide kogumisele keskkonnas www.kalatoitud.ee

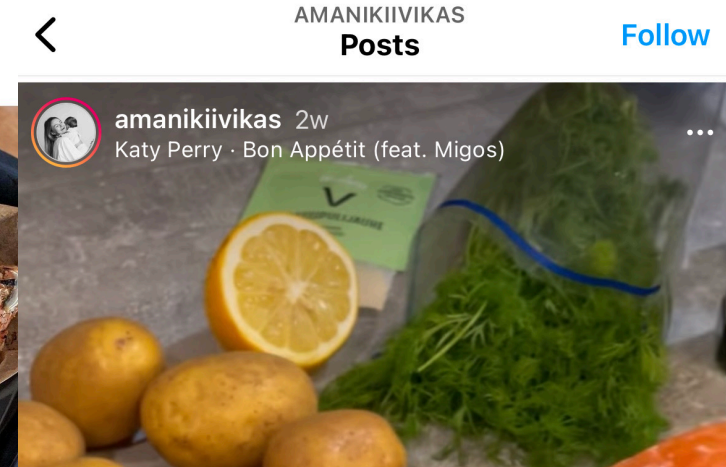
Koolide teavitamine

- Konkursile eelneval nädalal edastasime kõigile Eesti üldhariduskoolidele (üle 500) konkursi puudutava info ja juhendi, kuidas konkursist osa võtta
- Ühtlasi jõudis info ka Eesti huvijuhtide Facebooki kogukonda ja Eesti Koolijuhtide Ühenduse liikmeteni
- Konkursi õnnestumisse olid kaasatud ka kogukonnad laiemalt koos oma köökidega üle Eesti, kus avanes võimalus toitude valmistamiseks ka neile õpilastele, kellel see koolis või kodus võimalik ei olnud.

Kommunikatsioonistrateegia

- Pressiteated
- PR-artiklid
 - Üldsust harivad nõuande- ja kogemuslood, peamiselt suunatud lapsevanematele
 - Toitumisnõustajate ja lastepsühholoogide kaasamine
- Sisuloojad
 - Toitumise või muul moel tervisliku elustiiliga seotud sisuloojad rääkisid sotsiaalmeedias kala tervislikest omadustest ja jagasid üht oma lemmik kalaroa retsepti, kutsudes üles ka teisi seda kalatoidud.ee lehel tegema
 - Kanalid: TikTok, Instagram, Facebook
- Telekajastused
 - Kanal 2 tuntud meelelahutussaade “Õhtu!” viis kampaania ajal läbi hariva kala fileerimise võistluse saatejuhi ja kooliõpilase vahel

Sisuloojad



Ja kui su põhikoolialised lapsed on praegu distantsõppel, siis moodusta neist tiim ja lase neil kalast süüa teha, pildistage/ filmige toit üles - osalejate vahel loositakse välja privaatkoolitus tippkokaga 🤩🤩

Kas Sina tead, miks me peaksime üldse kala sööma? 🤔

RO TASTE Studio · Follow
5 d · 🌐

Kas Sul on ka sinul mõni maitsev kalaroog? 🤔
Käimas on Maaeluministeeriumi koolinoor... See more



Artiklid

Toitumisnõustaja Tuuli Taimur selgitab, miks kala on lapse tervisele niivõrd oluline

PM Tervis
15. jaanuar 2022, 9:01

VIDEO | Peakokk Joonas Koppel õpetab, kuidas kalaga koduköögis toimetades restoranikvaliteediga road välja võluda

— Värske kala tunnused, luudest puhastamine, fileerimine jm nipid

Suvel Võsul mererestos Mere 38 ja alates detsembrist Tallinna vanalinnas Mere 38 pop-up restoranis suures osas kalatoitudega toimetav peakokk Joonas Koppelil on jagada nii mõnigi hea nipp, kuidas kaladega koduköögis toimetada nii, et tulemuseks saaks maailma parim kalaroo! Vaata videost lihtsaid ja kiireid nõkse värske kala tuvastamiseks, fileerimiseks, luude eemaldamiseks ja kala praadimiseks pannil. Artiklist aga leiad peakoka lihtsad retseptid eriti hõrkude kalatoitude valmistamiseks!

Andres Putting
Fotograaf-videoreporter

Mari Skuin
Omamaitse.ee toimetaja

Montaaž



Lastearst Külli Muug selgitab: mida teha, kui laps ei taha kala süüa? Kuidas aru saada, kas tegu on söömishäire või lihtsalt pirtsutamisega?

Valdaval enamusel peredest on kala asendamatu kohal iganädalases menüüs. Küll aga leidub neidki lapsi, kes kalatoite võõrastavad. SA Tartu Ülikooli Kliinikumi lastearst Külli Muugi sõnul on sellele murele mitmeid lahendusi, kuid need eeldavad lapsevanematelt kannatlikkust, tahtejõudu ja eeskujuks olemist.

Toimetas: Mari Skuin

Aasta Kokk Noel Moglia soovitab: neli soodsat ja igal poeletil saada olevat kala ja kuidas neist imelisi roogasid valmistada

Noel Moglia oli kõigest 18-aastane koolipoiss, kui ta tunamullu aegade noorimaks Eesti Aasta Kokaks valiti. Aasta varem oli ta pärjatud ka Eesti parima noorkoka tiitliga. Moglia veres voolab nii Itaalia kui Eesti verd ning ta innustab eestlasi itaallastega sarnaselt julgemalt erinevaid kodumaiseid kalu proovima.

Toimetas: Mari Skuin



Põnev pööre! Kas kalasupp on tõesti muutunud paljudes koolides üheks laste lemmikroaks?

Olukord kalatoitude rindel on aastate jooksul paranenud: kalaseljanka on väga paljudes koolides laste lemmikroogade nimistus, kinnitavad Tervise Arengu Instituudi toitumiseksperdi Tagli Pitsi ja Eesti Peakokkade Ühendusse kuuluv kokk Juhan Heinsalu.

04.02.2022, 10:07

Toimetas: Mari Skuin



OI, SEE ON MINU LEMMIK! Mimosa peakokk Juhan Heinsalu jagab nippe, kuidas tema oma lapsed kalausku pööras (+ eriti maitsevate kalapulkade retsept!)

uar 2022 14:37

Jaga:    



VIDEO | KALATOIDUD, MIDA LAPSED SÖÖKSID: tippkokk Jõrgen Kohal tegi lastega koos kalafileed juustuga, forellipastat ja kalafileepulki

07.02.2022, 16:22 2 19:06

Jaga:    



Toitumisnõustaja Anne-Mai Künemäe: kala toidu sisse peitmisel võib olla sootuks vastupidine mõju

PM
Kodu.postimees.ee
3. veebruar 2022, 14:22

Kuula

PR-artiklid

- TEEMALOOD:
 - Sihtkanalid: toidu- ja pereväljaanded / portaalid + peavoolumeedia
 - Miks kala on kasulik ja oluline? Kuidas teha kalaroad lapsele isuäratavaks? Kui tihti ja milliseid kalatoite koolides valmistatakse? Kas ja kuidas kala toitumisesse "ära peita"? Mida saavad lapsevanemad ära teha, et laps kala sööks?
- OSALUS- ja INSPIRATSIOONI LOOD:
 - 19-aastane Noel Moglia – Eesti Aasta Kokk 2020 ja Aasta Noorkokk 2019
 - Võitjate (Prangli kool ja Saku Gümnaasium) lood ilmusid kohalikes väljaannetes (Viimsi Uudised ja Saku Sõnumid)

Kanal 2 "Õhtu!" <https://tv.postimees.ee/7438713/ohtu-robi-ja-13-aastane-rasmus-fileerivad-voidu-kala>

Eesti aasta kokk 2020 Noel Moglia <https://omamaitse.delfi.ee/artikkel/95755663/aasta-kokk-noel-moglia-soovitab-neli-soodsat-ja-igal-poeletil-saada-olevat-kala-ja-kuidas-neist-imelisi-roogasid-valmistada>

Tulemused

- Konkurss sai eel- ja järelkommunikatsiooni tulemusel 16 kajastust
- Kalatoidud.ee kodulehel esitati 244 retsepti. Lisaks rohketele individuaalosalajatele löid kaasa ka paljud koolid
- Võimalus väiksemas või suuremas seltskonnas üheskoos kokata andis läbi vahetu kogemuse lastele teadmise, et ta saab kala valmistamisega ka ise kenasti hakkama
- Tänu innukale kaasalöömisele sai kampaania südameks oleva keskkonna - www.kalatoidud.ee – retseptivalik juurde hulga koduseid, aga samuti erinevatest rahvusköökidest pärinevaid uudseid maitseid