**ELU projekt: TERVISLIU TOITUMISE KORRALDAMINE**

**Lühitutvustus**

Haapsalu kolledžis puuduvad tudengitel võimalused lõunat süüa. Kolledžis pole ka sööginurka, kus saaks kaasavõetud toitu soojendada. Tudengid on vastava märkuse esitanud iga aastastes tagasiside küsitluses. Probleemiks on ka Haapsalu linnaruumis asuvate toitlustusasutuste vähesus sügis-talv perioodil ja kaugus kolledžist. Probleemi hakkavad lahendama tudengid. ELU projekti raames tuleb neil keerulises reaalsituatsioonis leida teostatav lahendus (pakkuda välja ideid, teostada mõnd head praktikat ...), kuidas tagada tervislik lõunasöök või terviseampsud õpingute ajal Haapsalu kolledžis.

**Projekti eesmärk**

Eesmärgiks on leida parim viis, kuidas tervislik toit oleks tudengile kolledžis kättesaadav. Väljatöötatud lahendus peab olema reaalselt rakendatav.

**Erialade lõimimine**

Projekti ootame kaasa lööma TLÜ Haapsalu kolledži kõikide erialade esindajaid:

tervisejuhi üliõpilasi tervisliku toitumise sisulise väljundi loojateks,

liiklusohutuse üliõpilasi logistiliste probleemide lahendajateks,

käsitöö ja disaini info visuaalse esituse, võimaliku teenuse disaini väljapakkumiseks,

rakendusinformaatika tudengeid info esituse viiside loomiseks.

**Teaduspõhisus, uudsus**

Tervisliku toidu kättesaadavus on oluline faktor tervislikul toitumisel. Tervislik toit sõltub söödavatest kogustest ja söömise sagedusest. Projekti käigus valmiv lahendus tugineb tervisliku toitumise põhireeglitele: välja töötatud taldrikureeglile, toitumispüramiidile. Aluseks on ka NutiData tõenduspõhine Eesti toidu koostise andmebaas.

**Oodatav tulemus**

Pakutakse välja töötav lahendus, kuidas tudeng saab koolipäeva jooksul tervisliku lõuna või tervislikud salatid Haapsalus või Haapsalu kolledžis

**Juhendajad**

Hele Leek – TLÜ HK terviseedenduse õpetaja

Daire Kaup – TLÜ HK tervisejuhi eriala 2. kursuse tudeng

**Kaasjuhendaja**

Arvo Pärenson – TLÜ HK disaini lektor