

Második évét kezdte meg a GYERE Program

Tavaly szeptemberben Magyarországon elsőként Dunaharaszttiban indult el a három évre szóló, gyermekkori elhízás megelőzését célul kitűző projekt, a GYERE – Gyermek Egészsége Program a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének szakmai vezetésével, a világ legnagyobb, az elhízás megelőzését szolgáló hálózata, az EPODE keretében.

Mi történt az elmúlt egy évben?



Az első év mozgalmasan telt. Programjainkkal folyamatosan több mint 3300 gyermekhez és szüleikhez jutottunk el. Három táplálkozással kapcsolatos üzenet átadását valósítottuk meg különböző foglalkozások keretében, amelyek során a zöldség-gyümölcsfogyasztás fontosságáról, a gabonafélék szerepéről és a folyadékfogyasztás jelentőségéről adtuk át a legfontosabb információkat, és amelyek végén pár percben meg is mozgattuk a gyerekeket. A nyári szünetet követően a program ismét a megszokott módon folytatódott, októberben a negyedik témánkat is elindítottuk, amelyben a húsokról, húskészítményekről és halakról tanulhatnak a gyerekek. Szoros kapcsolatot építettünk ki az önkormányzattal és a helyi intézményekkel (óvodák, iskolák), az általuk szervezett rendezvényeken rendszeresen részt vettünk. Létrehoztuk a program önálló Facebook oldalát,

amelyen folyamatosan hasznos tanácsokat nyújtunk. Ingyenes online dietetikai tanácsadást is üzemeltetünk, amely minden Dunaharaszttiban élő szülő számára elérhető. A helyi védőnők segítségével felmérést készítettünk a 6-12 éves gyermekek körében, amely eredményeképpen elmondható, hogy a fenti korosztály 26,5%-a túlsúlyos vagy elhízott, 9%-uk pedig alultáplált. A nyári hőségben rengeteg gyermek és szülő részvételével sikeres GYERE napot szerveztünk.

Béres Alexandrával tornáztunk!



Októberben minden óvoda és iskola találkozhatott Béres Alexandrával, ugyanis a sportoló, fitness edző ellátogatott az összes helyi közoktatási intézménybe, hogy megmozgassa a gyerekeket. Több mint 3000 gyermek örömmel vett részt a rendhagyó tornaórákon, amiért plusz labdamatrixa járt, amelyet már az új, ez évi GYERE pontgyűjtő füzetbe lehet ragasztani. Az óvodáknak olyan zöld, fehér pöttyös labdákat ajándékoztunk, amely a

program logójában is megjelenik, ezzel is felhívva a figyelmet a rendszeres mozgás fontosságára.

Jean-Michel Borys, az európai EPODE főtitkára Dunaharaszttinak is üzent



Magyarországra látogatott Jean-Michel Borys, a világ legnagyobb, az elhízás megelőzését szolgáló hálózatoként ismert EPODE főtitkára és egyben a program alapítója, aki bízik abban, hogy az elsőként Dunaharaszttiban indított GYERE Program nem csak erre a három évre szól majd. „Franciaországban 23 évvel ezelőtt két faluban kezdtük el a programot, ezek a mai napig aktívak. Igaz, vezetők jöttek-mentek, de semmi nem állt az egészséget hirdető programunk útjába, mert a közösség nem csak elfogadta, hanem megszerette az EPODE-t. Ezt kívánom a GYERE Programnak is. Vannak olyan helyek Európában, ahol 5 év után elhalt a projekt, de az esetek 80%-ában a helyiek folytatják, mert hisznek abban, hogy szükségük van összefogásra az elhízás ellen” – fogalmazta meg a főtitkár.



Nemzetközi vizeken

Az EPODE 2004-ben Franciaországban kezdte meg működését, amelynek jelenleg 29 ország 43 programmal tagja, köztük a Dunaharasztiiban folyó GYERE program is, amely 2015 szeptembertől Szerencs városában is elindul. A fenti projektek létfontosságúak, hiszen Európában jelenleg minden harmadik 11 éves gyermek túlsúlyos vagy elhízott. Az idei évben a Brüsszelben megrendezésre került

nemzetközi elhízástudományi fórumon Dunaharaszti és az itt megvalósuló GYERE program is bemutatásra került, amelyet nagyon pozitívan fogadtak a csatlakozó tagállamok, és amely bemutatkozóból kiderült, hogy számos olyan hazai elemet sikerült megvalósítanunk, amelyek példaértékűek.