

GYERE® Program Szerencsen

2015 októberében hazánkban másodikként Szerencsen is elindult a GYERE® – Gyermek Egészsége Program. A három évre szóló program a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének projektje, mely a világ legnagyobb gyermekkori túlsúly és elhízás megelőzését szolgáló hálózat, az EPODE keretében valósul meg.

Szerencsen is újtára indult tavaly ősszel a Gyermek Egészsége Program a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének (MDOSZ) vezetésével. A cél az egészségtudatos életmód kialakítása, mellyel a gyermekkori elhízás megelőzését kívánják elérni. A három évig tartó programban a város teljes 0-18 év közötti lakossága, összesen 2259 gyermek vesz részt.

A GYERE® Program a világ legnagyobb, az elhízás megelőzését szolgáló hálózata, az EPODE keretében valósul meg. Az EPODE 2004-ben Franciaországban kezdte meg működését, amely létfontosságú, hiszen Európában jelenleg minden harmadik 11 éves gyermek túlsúlyos vagy elhízott.

A kezdeményezés első és legfontosabb célja, hogy átfogó társadalmi összefogás megvalósításával a helyi közösségeket és a közösségek tagjait hozzásegítse az aktív és egészséges életmód kialakításához, illetve annak hosszú távú fenntartásához. A gyermekkori elhízás sajnos Magyarországon is komoly probléma, hiszen közel minden negyedik iskolást érinti.

„A módszer hatékonysága abban rejlik, hogy a program során a gyermekeket közvetlenül, illetve a lakóhely, az iskola és a családi normák pozitív befolyásolása révén segítjük a helyes táplálkozás, aktív életmód elsajátításában. Az elkövetkező három évben a lakóközösség egészségének mozgósítása, az összes érintett bevonása révén szándékozunk olyan környezetet létrehozni, amely támogatja a családokat az egészséges életmód megvalósításában” – nyilatkozta a GYERE Programot vezető Kubányi Jolán, a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének elnöke.

A program első 3 hónapjában az MDOSZ a helyi védőnőkkel közösen felmérte a 6-12 éves gyermekek tápláltsági állapotát. Ezt követően, 2016 márciusától az MDOSZ által felkért és a kötelező tréningen részt vett dietetikusok az óvodákban, iskolákban tartanak rendszeres játékos, gyakorlati foglalkozásokat a gyerekeknek. Ezek során negyedévenként egy-egy egészséges táplálkozással kapcsolatos témát dolgoznak fel: elsőként a hidratáció, a folyadékpotlás fontosságára hívták fel a gyermekek figyelmét.

Egy-egy időszakra vonatkozóan a későbbiekben pontgyűjtő füzetet is kapnak a 3-12 éves gyerekek, amelybe a táplálkozással kapcsolatos tudásukért, aktivitásukért és a mozgással összefüggő eredményeikért is matricákat gyűjthetnek. A pontgyűjtés végén a kiemelkedő teljesítményű gyerekek jutalmat kapnak.

Mivel az egészséges életmód kialakításában a családnak különösen jelentős szerepe van, a szervezők minden egyes tematika során összefoglaló anyagot juttatnak el a szülőkhöz. A szerencsi intézményekbe járó gyerekek szülei március 21-től **ingyenes dietetikai-táplálkozási tanácsadást** is igényelhetnek gyermekeik részére az MDOSZ honlapján található kérdőíven keresztül.

A GYERE® Program szakemberei részt vesznek a település életében is, közösségi napokon, különböző rendezvényeken, illetve júniusban a saját szervezésű GYERE® Napon várnak mindenkit sok szeretettel.

További információk az MDOSZ honlapján <http://mdosz.hu/gyere-program-szerencs/> és a GYERE Szerencs Facebook oldalán elérhetőek <https://www.facebook.com/gyereszerencs/>