

GYERE® Online program szülői tájékoztató

Tisztelt Szülő!

Örömmel tájékoztatjuk, hogy 2022-ben folytatódik a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének (MDOSZ) a **gyermekkori elhízás megelőzését célzó** kezdeményezése, a **GYERE® - Gyermek Egészsége Program**, amely során a 2022-2023 időszakban több mint 5500, 6-14 év közötti gyermeket szeretnénk elérni.

A program első és legfontosabb célja, hogy a gyermekeket és rajtuk keresztül a család minden tagját hozzásegítse az aktív és egészséges életmód kialakításához, annak hosszútávú fenntartásához, ezzel is csökkentve a gyermekkori elhízást.

A GYERE® Online program az Auchan Alapítvány együttműködésével 24 város 1-1 kiválasztott általános iskolájában indulhat el teljesen új formában, oktató videók felhasználásával, számos hasznos információs anyaggal és a tanórát színesítő ismeretterjesztő játékkal, a pedagógusok koordinálásával.

A GYERE® programról röviden:

Az MDOSZ dietetikus szakemberei által készített oktató videók, nyomtatott információs anyagok, játékos elemek alkalmazásával az általános iskolákban 2022. februártól 2023. májusig összesen tíz, az egészséges táplálkozással kapcsolatos témát dolgozunk fel a pedagógusok közreműködésével. Minden egyes téma egy 45 perces óra (pl. osztályfőnöki, biológia, környezetismeret, testnevelés stb.) keretében kerül átadásra a résztvevő tanulók számára, havonta egy alkalommal. Az egyes témakörök a főbb élelmiszercsoportokat ismertetik meg részletesen a gyerekekkel:

- Gabona,
- Tej, tejtermék, tojás
- Zöldség-gyümölcs
- Hús, húskészítmények, halak,
- Folyadékfogyasztás
- Édességek, desszertek,
- Zsírok, olajok, só.

A korábbi évekhez képest újdonságként megjelenik az Élelmiszerpazarlás és az Élelmiszercímke is mint önálló téma.

A programban résztvevő gyermekek szüleinek a program teljes időtartama alatt ingyenes dietetikai-táplálkozási tanácsadást nyújtunk online, emailben, vagy telefonon. Kérdését az mdosz@mdosz.hu email címen jelezheti felénk a „GYERE táplálkozási tanácsadás” tárgy megjelölésével, munkatársunk ezután felveszi Önnel a kapcsolatot.

A szülők számára minden témáról külön információs anyagot készítünk, amelyet elektronikus úton juttatunk el Önökhöz az iskola GYERE program kapcsolattartóján keresztül

A program fontos részét képezi egy felmérés:

- Az első téma oktatását megelőzően, kérdőívvel felmérjük az 5. osztályosok tudását az egészséges táplálkozással kapcsolatban. Erre várhatóan már 2022. februárjában sor kerül.
- 9 iskolában a 6-12 évesek körében testtömeg és testmagasság mérést végzünk az iskolai védőnők közreműködésével. A mérés anonim. Kérjük amennyiben gyermeke belesik a mérési korcsoportba (a mérés napján már betöltötte a 6. életévét de még nem töltötte be a 13.-at) írásban járuljon majd hozzá a beleegyező nyilatkozaton a két adat felvételéhez! A nyilatkozatot az iskolai kapcsolattartón keresztül küldjük el Önöknek.

Az egészséges életmód kialakításában az intézmények mellett a **szülőknek**, a családnak is nagy szerepe van. Ezért folyamatosan tájékoztatjuk majd Önöket, szülőket a program előrehaladásáról. Létrehoztuk a GYERE online program [Facebook oldalát](#), amelyen folyamatosan hasznos tanácsokat osztunk meg Önökkel, valamint elmondhatják nekünk véleményüket, tapasztalataikat.

Bízunk benne, hogy a gyermekekkel együtt hasznosnak találják programunkat és sikerül az egész család számára értékes információkat adnunk. Aktív részvételükre számítunk és köszönjük a program megvalósításához nyújtott támogatásukat.

Budapest, 2022. január 27.

Üdvözlettel:



Szűcs Zsuzsanna
elnök
Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége