



Auchan | Alapítvány

Mit tennének a kosarukba az iskolás gyerekek, ha nekik kéne bevásárolni hétvégére?

Tavaly országossá szélesedett a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének gyermekelhízás elleni edukációs programja. Az Auchan Alapítvány támogatásából 24 hazai település általános iskolájában zajlik egy időben a GYERE® – Gyermek Egészsége Program, ami a helyes táplálkozás és életmód alapelveit adja át az általános iskolásoknak, több mint 5000 gyermeknek. A projekt keretében kiírt pályázattal azt szerették volna felmérni a szakemberek, hogy a diákok mennyire vannak tisztában azzal, hogy az egészséges és kiegyensúlyozott táplálkozáshoz miket kellene venni egy hétvégi nagybevásárlás alkalmával.

A GYERE® Program azzal a céllal jött létre a nemzetközi EPODE modellt adaptálva, hogy kisebb, helyi közösségekben előmozdítsa az aktív és egészséges életmód kialakítását és annak hosszú távú fenntartását. A hazai dietetikusok szakmai irányításával most egyszerre 24 olyan településen zajlik a program, ahol van Auchan áruház, mert a projekt teljes egészében az Auchan Alapítvány támogatásából valósul meg. A tavalyi tanév végén több mint 5000 általános iskolás kezdett bele a dietetikusok által összeállított tananyag elsajátításába. Eddig olyan nagy élelmiszerkategóriák kerültek terítékre, mint a gabonák, a tej- és tejtermékek, valamint a tojás. Az idei tanév első félévében pedig minden fontos dolgot megtanulnak a zöldségekről, a gyümölcsökről, a húsokról, a halakról és az édességekről. A következőkben az olajokról, zsírokról, a megfelelő folyadékfogyasztásról és a helyes arányokról fognak tanulni a diákok, de azt is részletesen megismerik majd, hogy miért fontos az élelmiszercímke, miként tájékozódhatnak róla, hogy később minden szükséges információ birtokában, tudatosan dönthessenek arról, mi kerül a kosarukba.

A programot színesítette és a tananyagot a gyakorlatban mélyítette el az a pályázat, amiben arról adhattak számot a gyerekek, hogy a már tanultak alapján hogyan állítanának össze az egészséges táplálkozás elveinek megfelelő bevásárlókosarat. El kellett képzelniük egy hétvégi nagybevásárlást, és ábrázolniuk kellett a fogyasztói kosár szerintük ideális összetételét, majd meg is kellett indokolniuk, hogy mit, miért tennének bele.

„Örömmel láttuk, hogy a gyerekek által összeállított kosarakba nem igazán került cukros üdítő vagy nagy mennyiségű édesség, viszont minden pályázónál volt zöldség és gyümölcs, a pékáruk esetében – amikről egyébként már tanultak – tudták, mi a jelentősége a teljes kiőrlésű változatoknak. Ugyanakkor sokanál kijött néhány közkeletű táplálkozási tévhit, ezeket különös gonddal fogják kollégáim helyre tenni a GYERE® Program fennmaradó részében” – értékelte a pályamunkákat Szűcs Zsuzsanna, az MDOSZ elnöke, aki maga is zsűrizett.

A nyertesek – 3 alsós és 3 felsős osztály – az iskolájukhoz legközelebb eső Auchan áruházban megismerkedhetnek a termékekkel, ezen túlmenően pedig bepillanthatnak egy nagyáruház működésének „színpalái mögé”. Végigkövethetik például, hogy miként jutnak el az élelmiszerek a szállítókamiontól az áruház polcaira. A nyeremény áruházlátogatásnak a helyes táplálkozásba illeszkedő élelmiszerek kóstoltatása is a része, végezetül pedig egy egészségtudatos ajándécsomaggal mehetnek haza a tanulók.

Az áruházlátogatásokon a következő nyertes osztályok vehetnek részt a 18 pályázó közül:

Alsó tagozat:

Maglódi Vermesy Péter Általános Iskola és AMI 2.e osztály

Kőbányai Kertvárosi Általános Iskola 3. osztály

Törökbálint: Zimándy Ignác Általános Iskola 3.d osztály

Felső tagozat:

Fót: Bleyer Jakab Német Nemzetiségi Általános Iskola 7.a osztály

Székesfehérvári Szent István Király Általános Iskola 5.a osztály

Törökbálint: Zimándy Ignác Általános Iskola 5.b osztály

A GYERE® Program folytatódik, majd egy tápláltsági állapotfelméréssel zárul, ami nemcsak a programról ad majd objektív visszajelzést, hanem a 6-12 éves korosztály tápláltsági állapotáról is, ami hiánypótló, hiszen a legutóbbi ilyen vizsgálat még 2019-ben, a COVID előtt készült.