



Budapesti és gyulai diákok nyerték a Magyar Dietetikusok országos Tudáspróbáját

Az ország 150 általános iskolájából közel 400 csapat indult el a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének Tudáspróbáján, ahol a hatodikos-hetedikes diákok az egészséges táplálkozásról szerzett ismereteikről adtak számot. A háromfős csapatoknak először egy online fordulóban kellett megmérkőzniük egymással, a döntősök pedig élőben mérték össze tudásukat a hazai táplálkozási ajánlásról, az OKOSTÁNYÉR®-ről. A fővárosi döntőn 33 csapat közel 100 diákkal vett részt. A hatodikos évfolyamban a XXIII. kerületi Török Flóris Általános Iskolások nyertek, a hetedikeseknél pedig a Gyulai Római Katolikus Általános Iskolába járók végeztek az első helyen.

Több mint 2400 általános iskolába küldte el a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) a felhívását, hogy vegyenek részt a szakmai szövetség Tudáspróbáján, mely az Auchan Alapítvány támogatásából valósulhatott meg. A versenyre nevezett 400 csapatnak először egy 20 kérdésből álló online tesztsort kellett kitölteniük az egészséges táplálkozásról, amihez nagy segítség volt, ha ismerték az érvényben lévő hazai táplálkozási ajánlást, az OKOSTÁNYÉR®-t. 2016-ban a Magyar Tudományos Akadémia ajánlásával kiadott táplálkozási útmutató ugyanis azt mutatja be nagyon közérthetően, hogy egy nap milyen arányban kellene fogyasztanunk a különböző élelmiszer típusokból ahhoz, hogy az egészséges mennyiségekhez, arányokhoz közelítve javítsunk a jelenlegi táplálkozási szokásainkon. A felnőttek és gyermekek számára is kidolgozott ajánlást konkrét táplálkozási tanácsok és adagszámítások egészítik ki, sőt két éve fenntarthatósági szempontokkal is frissítették a dietetikusok. A napi használatra szánt OKOSTÁNYÉR® ajánlásait minden egészséges felnőttnek és gyermeknek be kellene tartania, hogy a rossz táplálkozásból eredő egészségügyi kockázatokat elkerüljék.

Az októberi online forduló után 33 csapat jutott be a budapesti Szent Margit Gimnázium patinás falai között megrendezett döntőbe, ahol egy 16 állomásból álló mozgalmas, játékos feladatsoron mentek végig a versenyzők. A hatodikosok versenyét a budapesti Török Flóris Általános Iskolások nyerték, a hetedikeseké a Gyulai Római Katolikus Iskolások, másodikok lettek a debreceni Hatvani Istvánosok és a parádi Fáy András Általános csapata. A harmadik helyezést a szigetközi általánosba járók és a nagydorogi Széchényi Sándor Általános Iskolai diákjai érdemelték ki, akik a minden döntősnek járó oklevélen és ajándékcsomagon kívül értékes sportszer-utalványokat kaptak.

„A legszebb álmunk vált valóra azzal, hogy 400 csapat, tehát kb. 1200 gyerek vett részt az első Tudáspróbánkon az ország valamennyi tájáról. Szakmailag is érdekes volt látni, hogy mivel van tisztában ez a korosztály és hol vannak még nagy hiányosságok a fejükben az egészséges táplálkozásról. Mi, dietetikusok, nem győzzük hangsúlyozni, hogy a korai szokások és beidegződések milyen nagy hatással vannak a későbbi táplálkozásunkra, ezért a későbbiek szempontjából sem mindegy, hogy a gyerekek, hogyan esznek” – mondta Szűcs Zsuzsanna, az MDOSZ elnöke, aki aktívan vett részt az OKOSTÁNYÉR® kidolgozásában is.

„Nagyszerű érzés volt látni a versenyző gyerekek motiváltságát és elhivatottságát az egészséges táplálkozás témája iránt. Nagyon örülnénk, ha ezt a korosztályt megcélozva, felmenő ágon egyre több egészségesen étkező fiatal kerülne ki az iskolából, akik később tudatosan hozzák meg a vásárlással kapcsolatos döntéseiket is” – tette hozzá Varga-Futó Ildikó, az Auchan CSR igazgatója, a versenyt finanszírozó Auchan Alapítvány nevében.