



Országos tudáspróbát indít a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége

Több mint 2400 általános iskolába érkezett felhívás a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségétől, hogy hatodikos-hetedikes diákjaik induljanak el a szervezet által meghirdetett tudáspróbán az egészséges táplálkozás témájában. A három fős csapatoknak októberben egy online fordulóban, aztán a döntősöknek élőben arról kell majd játékos formában számot adniuk, hogy mennyire ismerik az egészséges táplálkozás szabályait. Az Auchan Alapítvány támogatásának köszönhetően valósulhat meg a kezdeményezés, ahol a győztesekre értékes nyeremények várnak, többek között osztálykirándulást nyerhetnek.

Az ország szinte valamennyi általános iskolájába, összesen 2427 oktatási intézménybe küldte el a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) a felhívását, hogy vegyenek részt a szakmai szövetség tudáspróbáján, mely az Auchan Alapítvánnyal való együttműködésben valósul meg. Hatodikos és hetedikos diákokból álló három fős csapatok nevezését várják, akiknek október 11. és november 6. között egy 20 kérdésből álló online tesztort kell kitölteniük az egészséges táplálkozásról. Ebben nagy segítségükre lesz, ha ismerik, vagy legalább most behatóan tanulmányozzák az érvényben lévő hazai táplálkozási ajánlást, az OKOSTÁNYÉR®-t.

Mint ismeretes, az MDOSZ 2016-ban adta ki a felnőtteknek, majd egy évvel később a gyerekeknek szóló OKOSTÁNYÉR®-t a Magyar Tudományos Akadémia Élelmiszertudományi Tudományos Bizottságának ajánlásával. A táplálkozási útmutató a 30 évvel azelőttit váltotta a legfrissebb nemzetközi tudományos eredmények és jogszabályok, valamint a hazai táplálkozási szokások és ízlés figyelembevételével. A legfőbb újdonság az volt, hogy az addigi tápanyagalapú ajánlást élelmiszeralapúra cserélték, ami sokkal közelebb áll a mindennapi élethez, hiszen nem fehérjét, zsírt vagy szénhidrátot fogyasztunk, hanem húst, tejet, kenyeret, zöldséget, gyümölcsöt. A praktikum miatt van az is, hogy a piramis- vagy házalak helyett az étkezéshez egyértelműen kapcsolható tányérformán jelenítették meg az egyes élelmiszertípusok helyes arányát. Az ajánlást táplálkozási tanácsok és adagszámítások is kiegészítik, sőt két éve többek között fenntarthatósági szempontokkal is frissítettek rajta a dietetikusok.

Az októberi online fordulóban résztvevő gyerekek között három, egyenként 150 000 Ft értékű osztálykirándulást sorsolnak ki. Az online tudáspróbán legjobban teljesítők közül kerülnek ki a döntősök – minden vármegyéből 1-1 hatodikos és 1-1 hetedikos csapat – akik a november 18-i budapesti döntőn már személyesen mérhetik össze tudásukat egy húsz állomásból álló akadálypályán. Az eredményhirdetésig egy nagyszerű gálaprodukciót nézhetnek meg a csapatok, benne az Édes-Keserű c. musical részleteivel, amely az első cukorbetegséggel foglalkozó zenés darab többek között olyan népszerű énekesek és színészek előadásában, mint Csonka András, Kovács Áron vagy Varga Izabella. Ezután következik a legizgalmasabb pillanat, a győztesek kihirdetése, akik értékes sportszer-utalvánnyal lesznek gazdagabbak.

„Remélem, az egész országból sok-sok diák jelentkezik majd a tudáspróbánkra, ami alatt tényleg megtanulhatják okosan használni az OKOSTÁNYÉR®-t. Megígérem, hogy a feladatok – bár komoly dolgokról szólnak – igazán játékosak és szórakoztatóak lesznek. Szakemberként állítom, hogy felmérhetetlen előnye van annak, ha valaki már gyermekkorában elkezd helyesen étkezni, és később ezt a példát adja majd át saját gyermekeinek is. A magyar lakosság nem áll jól a táplálkozással



összefüggésbe hozható betegségek és az elhízás terén. Nagyon fontos lenne, hogy a mai fiatalok megtörjék a rossz beidegződéseket és változtassanak az étkezési szokásokon” – mondta Szűcs Zsuzsanna, az MDOSZ elnöke, aki aktívan vett részt az OKOSTÁNYÉR® kidolgozásában is.

“Sokrétű az együttműködésünk a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségével, mert kiemelten fontosnak tartjuk az egészséges táplálkozással kapcsolatos ismeretek széleskörű terjesztését. A GYERE® program keretében az Auchan Alapítvány támogatásából közel két és fél éven keresztül az ország 24 településének általános iskolájában oktatják a helyes táplálkozás alapelveit a dietetikusok szakmai vezetésével. Most pedig az ország összes hatodikos és hetedikos diákját biztatjuk arra, hogy induljanak el a szakmai szövetség országos tudáspróbáján, amelyet ugyancsak az Auchan Alapítvány finanszíroz” - mondta Varga-Futó Ildikó CSR igazgató.

A tudáspróbán a www.okostanyeragyselejtezo.hu oldalon, regisztrációt követően lehet részt venni, az OKOSTÁNYÉR® pedig [itt](#) található meg részletesen.