



SZKOŁY DOBREGO ŻYWIENIA

Informacja prasowa

Olsztyn, dn. 18.09.2013 r.

Zdrowe żywienie w olsztyńskich szkołach

Zdrowe i jednocześnie niedrogie obiady przygotowywane przez szkolne stołówki? Odpowiedni dobór składników i jadłospisy układane przez dietetyków? Sklepiki szkolne bez chipsów, batoników i napojów słodzących? To możliwe. Taki cel postawiły przed sobą dwie Fundacje: Banku Ochrony Środowiska i Szkoła na Widelcu. Od początku 2013 roku realizują one ogólnopolską kampanię „Szkolne Smaki – Szkoły Dobrego Żywienia”. W środę, 18 września zawiąta ona do Olsztyna.

Młodym Polakom grozi epidemia otyłości. Tempo przyrostu dzieci z nadwagą i otyłością jest dziesięciokrotnie większe niż w Stanach Zjednoczonych. Z badań wrocławskiego oddziału SWPS wynika, że stałym elementem diety małych Polaków są łakocie. Dzieci wypijają każdego dnia ok. dwóch szklanek słodzonych napojów i dwa razy dziennie sięgają po słodkie oraz słone przegryzki. W ich diecie brakuje natomiast warzyw, owoców, ziół i innych pełnowartościowych produktów. Sklepiki szkolne nie są wyposażone w zdrowe produkty, a jadłospisy na stołówkach szkolnych nie układają dietetycy.

Czas na Olsztyn

W ramach projektu „Szkolne Smaki” zaplanowano dziesięć konferencji w całej Polsce, pięć z nich już się odbyło. Uczestniczyli w nich m.in. dyrektorzy szkół, nauczyciele, szkolni kucharze, a także przedstawiciele samorządów oraz dzieci, które na specjalnych warsztatach uczyły się jak przygotowywać zdrowe posiłki i łączyć produkty. Tym razem całodzienna konferencja, połączona z warsztatami kulinarnymi, zawiąta do Olsztyna. Partnerami ogólnopolskiej akcji są m.in.: Ministerstwo Edukacji Narodowej, Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Rzecznik Praw Dziecka, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Polskie Towarzystwo Dietetyki. W Olsztynie do projektu dołączyli: Warmińsko – Mazurski Wojewoda oraz Warmińsko – Mazurski Kurator Oświaty.

Jak jest w olsztyńskich szkołach?

- Dyrektorzy szkół stolicy województwa warmińsko-mazurskiego, którzy zgłaszali się na naszą konferencję, musieli wypełnić szczegółową ankietę, dotyczącą kondycji stołówek i sklepików szkolnych oraz sposobów odżywiania dzieci w szkołach. W badaniu wzięło udział 47 dyrektorów i nauczycieli – mówi Andrzej Pietrucha, Prezes Fundacji BOŚ. Jakie są wnioski? Wszystkie stołówki szkolne wydają obiady, ale nie wszystkie wydają drugie śniadania, a przecież jest to jeden z najważniejszych posiłków, ponieważ wzmacnia koncentrację podczas lekcji. Tylko co piąta stołówka szkolna wydaje drugie śniadania, a w co trzeciej szkole nie ma w ogóle przerwy śniadaniowej. Zatrważające jest to, że dietetyk układa jadłospis dla dzieci tylko w 2 szkołach na 47 ankietowanych. W większości przypadków za jadłospis odpowiada intendent (57 proc.) lub kucharz (35 proc.), a średnia stawka żywieniowa jeżeli chodzi o obiad dziecka to jedynie 3,70 zł. Niestety w ponad połowie szkół (57 proc.) obiady nie są dofinansowywane, a jeśli już to ich dofinansowanie wynosi tylko połowę kosztów. Sklepik szkolny funkcjonuje w co drugiej szkole, ale w większości przypadków (70 proc.) prowadzi go agent. Co ciekawe – co trzeci sklepik szkolny nie ma dostępu do wody bieżącej, która pozwalałaby chociażby – na umycie owoców dla dzieci.

Zbiór instrukcji dla dyrektorów

- Naszym celem jest zmiana jadłospisów w szkolnych stołówkach oraz przebudowa sklepików szkolnych w taki sposób, by zapewniały dzieciom dostęp do zdrowych i pełnowartościowych produktów. Szkoły dostają od nas jasne i rzeczowe instrukcje jak dobrze odżywiać młodych ludzi – mówi Barbara Lewicka-Kłoszewska, Wiceprezes Fundacji BOŚ. - Dyrektorzy szkół to najważniejsza grupa osób, które decydują o żywieniu w szkole. Otrzymują od nas konkretne propozycje zestawów posiłków, które można wprowadzić w szkolnych stołówkach – wraz z programem komputerowym, który przelicza listę zakupów na ilość stołowanych osób – oraz informacje dotyczące produktów, które powinny znaleźć się w szkolnym sklepiku – dodaje Barbara Lewicka-Kłoszewska. Dyrektorzy zapoznają się również z możliwościami uczestniczenia w programach edukacji prozdrowotnej oraz metodami prowadzenia warsztatów kulinarnych dla dzieci. Dlaczego zmiany w szkołach są takie ważne? Z wyliczeń przygotowanych przez Fundację BOŚ wynika, że jeśli przeciętna ośmiolatka, której zapotrzebowanie energetyczne wynosi 1600 kcal na dobę, będzie regularnie jadła wysokokaloryczne drugie śniadania oraz obiady w szkole (kajzerka z szynką, baton czekoladowy z orzechami i sok marchwiowo-owocowy na śniadanie oraz pomidorowa z ryżem, schabowy z ziemniakami i kapusta zasmażana na obiad) to przytyje ona 5 kg w niespełna 1,5 roku! *

Zdrowie na talerzu

Druga część projektu „Szkolne Smaki” skierowana jest do samych dzieci oraz szkolnych kucharek, kucharzy, firm gotujących. Grzegorz Łapanowski, propagator zdrowego żywienia i jeden z najbardziej znanych polskich kucharzy, prowadzi warsztaty kulinarne i udowadnia, że gotowanie może być proste, przyjemne, zdrowe i jednocześnie tanie. – Podczas kampanii udowadniamy w praktyce, że zdrowe, zbilansowane i jednocześnie smaczne posiłki w szkolnych stołówkach nie muszą być drogie – podkreśla Łapanowski, który prezesuje Fundacji „Szkoła na Widelcu”.

Wyniki badań:

- Coraz więcej polskich dzieci nie je regularnych śniadań. Ponad 20 procent z nich zadeklarowało, że je poranny posiłek od jednego do trzech razy w tygodniu. Choć w ich dziennym jadłospisie znajdują się dwie porcje owoców to niestety nie starcza już w nim miejsca na warzywa – spożywają ich mniej niż ich rówieśnicy z innych krajów: z Portugalii, Holandii i Wielkiej Brytanii.¹ Stałym elementem diety małych Polaków są łakocie. Każdego dnia wypijają około dwóch szklanek słodzonych napojów i dwa razy dziennie sięgają po słodkie oraz słone przegryzki.²
- W ciągu 20 lat czterokrotnie zwiększyła się w Polsce liczba młodych ludzi z nadwagą i otyłością.³
- Niemal 40 procent młodych ludzi przyznaje, że w szkołach nie powinno się sprzedawać niezdrowych i wysokokalorycznych przekąsek oraz słodzonych napojów, a 35 procent deklaruje, że jest gotowa zapłacić więcej za produkty zdrowe.⁴

Uwaga:

*Szczegółowe wyliczenia dotyczące diety ośmiolatki są dołączone do materiałów prasowych.

Więcej informacji:

Biuro Prasowe Konferencji:

- Agnieszka Żelazko tel.: 695 431 706, agnieszka.zelazko@fundacjabos.pl lub
- Małgorzata Azemska tel.: 886 886 438, malgorzata.azemska@fundacjabos.pl lub
- www.szkolnesmaki.pl, www.aktywniepozdrowie.pl www.szkolanawidelcu.pl

¹ Badania wrocławskiego wydziału Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej pod kierunkiem prof. Aleksandry Łuszczyńskiej w ramach projektu TEMPEST

² Jak wyżej

³ <http://www.focus.pl/newsy/zobacz/publikacje/psychologia-kontra-nadwaga/>

⁴ Badania wrocławskiego wydziału Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej pod kierunkiem prof. Aleksandry Łuszczyńskiej w ramach projektu TEMPEST