

# O projekcie

**„Edukacja i wdrażanie zasad prawidłowego żywienia i aktywności fizycznej w przedszkolach, szkołach: podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych oraz ocena wpływu tej edukacji na sposób żywienia, stan odżywienia i poziom wiedzy i młodzieży.”**

**- propozycja edukacji zdrowotnej dla szkół i przedszkoli**

Projekt KIK/34 będzie realizowany w Polsce w latach 2011-2017, na terenie całego kraju.

Jego podstawowym celem jest promocja zdrowego stylu życia, w tym zapobieganie otyłości i nadwadze, oraz innym chorobom przewlekłym, poprzez edukację społeczeństwa w zakresie prozdrowotnej zmiany żywienia i zwiększenia poziomu aktywności fizycznej.

Głównym realizatorem projektu jest **Instytut Żywności i Żywienia w Warszawie, partnerami zaś: Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, Instytut Pomnik Centrum Zdrowia Dziecka, Polskie Towarzystwo Dietetyki**. Ten ogromny projekt, współfinansowany przez Rząd Szwajcarii jest jednym z pierwszych projektów tego typu realizowanych w Polsce.

Składa się z 4 zadań:

1. Żywnościowa promocja zdrowia ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki nadwagi i otyłości wśród kobiet w ciąży i matek karmiących oraz zbadanie jej wpływu na wybrane parametry stanu odżywienia.
2. Edukacja i wdrażanie zasad prawidłowego żywienia i aktywności fizycznej w przedszkolach, szkołach: podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych oraz ocena wpływu tej edukacji na sposób żywienia, stan odżywienia i poziom wiedzy i młodzieży.
3. Wdrażanie zasad racjonalnego stylu życia wśród osób z nadwagą i otyłością w systemie ochrony zdrowia w Polsce.
4. Upowszechnianie wiedzy o składzie i wartości odżywczej żywności, oświadczeniach żywieniowych i zdrowotnych oraz znakowania żywności celem wpływu na kształtowanie racjonalnych wyborów produktów spożywczych.

Zadanie 2 realizowane będzie w przedszkolach, szkołach wszystkich etapów edukacyjnych na terenie całej Polski.

Spośród wielu projektów o tematyce prozdrowotnej wyróżnia się tym, że jako jedyny zakłada wnikliwą ewaluację. Realizacja projektu będzie miała wpływ na ocenę zewnętrzną szkoły / przedszkola. Projekt został objęty Honorowym Patronatem Pani Minister Edukacji Narodowej Krystyny Szumilas.

Szkoły/przedszkola, które przystąpią do projektu otrzymają pomoc w postaci szkoleń, materiałów dydaktycznych: dla nauczycieli wychowania fizycznego do prowadzenia edukacji zdrowotnej oraz dla wychowawców klas. Trwają zabiegi o dodatkowy sprzęt sportowy dla szkół/ przedszkoli przystępujących do projektu.

Projekt każdym województwie obejmie około 100 placówek: 25 przedszkoli, 25 szkół podstawowych, 25 gimnazjów, 25 szkół ponadgimnazjalnych (łącznie 23 700 uczniów).

**W roku szkolnym 2013/2014 rozpoczęliśmy udział w projekcie „ZACHOWAJ RÓWNOWAGĘ” współfinansowanym przez Szwajcarię w ramach szwajcarskiego programu współpracy z nowymi krajami członkowskimi Unii Europejskiej.**

Projekt „**ZACHOWAJ RÓWNOWAGĘ**” to zapobieganie nadwadze i otyłości oraz chorobom przewlekłym poprzez edukację społeczeństwa w zakresie żywienia i aktywności fizycznej. Projekt ten jest realizowany przez **Instytut Żywności i Żywienia**.

Wszelkie działania związane z realizacją projektu będą trwały przez dwa lata szkolne i zakończą się uzyskaniem Certyfikatu Szkoły Promującej Zdrowe Żywienie i Aktywność Fizyczną.

<http://www.zachowajrownowage.pl/artukul/certyfikat-dla-gimnazjow>

Serdecznie zapraszamy Rodziców do zapoznania się z Zakładką dla Rodziców na stronie projektu:

<http://www.zachowajrownowage.pl/kategoria/podstrona-dla-rodzicow>.

Można znaleźć tam wiele cennych podpowiedzi dotyczących zasad żywienia dzieci i aktywności fizycznej.

W promowanie programu „ZACHOWAJ RÓWNOWAGĘ” zaangażował się **Pascal Brodnicki**.

Obejrzyj film z Pascalem

**Koordynatorzy projektu: Marzena Jakubik, Tomasz Kroczyński**  
**Dokumentacja projektu: Henryk Pirek**