

EFOP 1.8.5-17 Menő Menza pályázat

A projekt átfogó célja az egészséges életvitelhez szükséges tudás és készségek elsajátításának a hatékony támogatása, ezzel az egészségmegőrzés, betegségmegelőzés érdekében a gyermekek étkezési kultúrájának, étkezési körülményeinek javítása, a várható élettartam és az egészségben eltöltött életévek számának növelése.

Célunk ezzel összefüggésben kettős, egyrészt az iskolában tanuló diákok egészséges táplálkozáshoz szükséges tudása és készségei megszerzésének támogatása a szülők bevonásával, másrészt pedig a gyerekek iskolai étkeztetésénél a tárgyi körülményeinek javítása.

A pályázat során megvalósuló programelemek:

Ismeretterjesztés (14 db programelem)

- A mindennapos táplálkozási szokások felmérése kérdőíves módszerrel, különös tekintettel a rendszeresen fogyasztott, az egészséges táplálkozásba nem illeszthető, illetve táplálkozás-egészségügyi szempontból kevésbé kívánatos élelmiszerekre (pl. sós rágcsálnivalók, chips, energiital), valamint az ételallergiára, ételintoleranciára.
Dietetikus kiértékeli a kérdőíveket és a táplálkozására vonatkozó, személyre szabott ajánlásokat készít, amiről a szülőket is tájékoztatja.
[A felmérés eredményeit az oktatási azonosító ismeretében ezen a linken tekinthetik meg.](#)
- Táplálkozási szokások felmérése a projekt végén, ismét dietetikus értékeli ki a kérdőíveket és ismételtén személyre szabott ajánlásokat készít, amiről a szülőket is tájékoztatja
- Dietetikai szaktanácsadás, valamint csoportfoglalkozás biztosítása az iskolában, különös tekintettel a felmérés alapján rizikócsoportba sorolható gyermekek számára, A csoportfoglalkozás összesen 10 alkalommal kerül lebonyolításra. A programok során dietetikust, illetve táplálkozástudományi szakembert vonunk be a megvalósításba.
- A köznevelésben részt vevő gyermekek egészséges táplálkozással kapcsolatos ismereteinek bővítése, egészségkultúrájuk fejlesztése – foglalkozások 7 témakörben, témakörönként 1 alkalommal, alkalmanként 20 fő tanuló részvételével
- Ismeretterjesztő kirándulás 4 alkalommal Budapestre, alkalmanként 45 gyerek és 5 kísérőtanár részvételével. Az ismeretterjesztő kirándulások célja, hogy a

résztevőket megszokott környezetükből kiragadva, merőben más impulzusokkal fejlesszük. Az ismeretterjesztő foglalkozások a Nemzeti Múzeumban és a Semmelweis Orvostörténeti Múzeumban vannak.

Szemléletformálás (10 db programelem)

- Tájékoztató napok gyermekek és családjaik számára programok 4 témakörben, témakörönként 1 alkalommal, alkalomként 20 fő tanuló részvételével. A tájékoztató napok során orvos-dietetikus szakemberek mutatják be az egyes táplálkozási formákat, azok előnyeit és esetleges veszélyeit, valamint ételkóstoltatással adnak gyakorlati megoldásokat egyes táplálkozási rendellenességekre.
- Főzőversenyek szervezése 4 alkalommal
- Az egészséges táplálkozást népszerűsítő fórumok, programok szervezése közismert személyiségek segítségével - foglalkozások 2 témakörben - témakörönként 1 alkalommal.

2018. június 31-ig megvalósult programelemek:

Időpont	Program
2018.02.13.	Dietetikai szaktanácsadás 1.
2018.03.13.	Táplálkozási szokások kérdőíves felmérése
2018.03.27.	Dietetikai szaktanácsadás 2.
2018.04.04.	Tájékoztató nap
2018.04.24.	Dietetikai szaktanácsadás 3.
2018.05.02.	Dietetikai szaktanácsadás 4.
2018.05.09.	Ismeretterjesztő kirándulás Budapestre 1-2. évfolyam
2018.06.05.	Ismeretterjesztő kirándulás Budapestre 7-8. évfolyam
2018.06.06.	Dietetikai szaktanácsadás 5.
2018.06.12.	Főzőverseny 1.
2018.06.22.	Főzőverseny 2.