

**Informacja o Szwajcarsko-Polskim Programie Współpracy
pt. „Zapobieganie nadwadze i otyłości oraz chorobom przewlekłym
poprzez edukację społeczeństwa
w zakresie żywienia i aktywności fizycznej”**

Z dniem 2 września 2013 roku w Zespole Szkół w Mętowie rozpoczęto realizację projektu, którego **podstawowym celem** jest promocja zdrowego stylu życia, w tym zapobieganie rozwojowi nadwagi i otyłości 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 im. prof. dr med. Aleksandra Szczygła w Warszawie, który jest odpowiedzialny za prawidłową i skuteczną jego realizację Projektu, wraz z Partnerami:

- Akademią Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie,
- Instytutem Pomnikiem – Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie, i
- Polskim Towarzystwem Dietetyki.

W latach szkolnych 2013/2014 i 2014/2015 realizowane będzie zarówno w Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Mętowie, jak i w Gimnazjum im. Jana Pawła II w Mętowie następujące zadanie:

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

Zadanie to w szkole realizowane będzie poprzez:

- Zapewnienie odpowiednio długiej przerwy śniadaniowej, podczas której uczniowie będą mogli wspólnie zjeść drugie śniadanie.
- Zapewnienie obiadów szkolnych zgodnych z zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia.
- Zmianę asortymentu w sklepiku szkolnym na prozdrowotne.

- Ograniczenie wpływu reklamy żywności i napojów na terenie szkoły.
- Umieszczanie na terenie szkoły plakatów promujących zdrowe żywienie.
- Prowadzenie przez uczniów działań promujących zdrowe żywienie, np. prezentacja w Power Point.
- Wspólne przygotowanie posiłków, np. sałatek, surowe itp.
- Organizacja konkursów z wiedzy na temat prawidłowego żywienia.
- Organizacja imprez sportowych promujących zdrowy styl życia.
- Edukacja rodziców na temat zdrowego żywienia dzieci poprzez umieszczanie na stronach internetowych szkoły artykułów, prezentacji itp.