

OGÓLNOPOLSKI PROGRAM BADAWCZO-EDUKACYJNY



Chcielibyśmy zachęcić Państwa do aktywnego włączenia się w realizację ogólnopolskiego projektu badawczo-rozwojowego „Zdrowa Klasa”. Zasadniczym celem tego przedsięwzięcia ma być aktywizowanie rodziców do budowania właściwych zachowań prozdrowotnych wśród dzieci.

Różnego rodzaju projekty edukacyjne w zakresie promocji zdrowego żywienia w szkołach opierają się głównie na bezpośrednim docieraniu do dzieci, co tylko po części przynosi zamierzone efekty. Dziecko nie jest w stanie samodzielnie podejmować właściwych i świadomych decyzji bez odpowiednich wzorców ze strony najbliższych mu osób. Nawyki żywieniowe u dzieci kształtowane są głównie poprzez obserwacje zachowań panujących w domach dlatego bez odpowiedniego zaangażowania rodziców czy opiekunów w troskę o zdrowie dzieci trudno będzie liczyć na wymierne efekty samej edukacji dzieci

Dlaczego prosimy szkoły i nauczycieli o pomoc?

Dietetycy, lekarze, psychologowie mają możliwość dotarcia do rodziców jedynie w bardzo ograniczonym stopniu. Na ogół, kontakt rodzica z terapeutą odbywa się dopiero wówczas, gdy pojawiają się już konkretne niepokojące sygnały w stanie zdrowia czy zachowania dziecka. Tymczasem wiele tych problemów można byłoby uniknąć, gdyby rodzice wcześniej wdrazali właściwe działania prozdrowotne w swoich domach.

Dotarcie do rodziców na większą skalę jest tak naprawdę możliwe głównie dzięki szkołom, które nie tylko utrzymują bezpośredni kontakt ze wszystkimi rodzicami ale także stanowią dla nich ważne i szanowane źródło informacji. Dlatego bez odpowiedniego zaangażowania szkół, realizacja tego projektu będzie bardzo ograniczona.

Na czym polega projekt?

Projekt został podzielony na cztery zasadnicze etapy:

I. Przeprowadzenie wywiadu zdrowotnego wśród dzieci



Badania ankietowe prowadzi przeszkolony w tym zakresie dietetyk, który przedstawia dzieciom odpowiednio sformułowane pytania w specjalnie przygotowanej prezentacji multimedialnej. Pytania dotyczą zachowań żywieniowych, samopoczucia oraz stylu życia dziecka a także tego jak postrzega ono zachowania żywieniowe panujące w domu. Pytania są zbierane w specjalnie kodowanych ankietach, które nie pozwalają identyfikować danych żadnych osobom postronnym, w tym również dietetykom. Do informacji uzyskanych od każdego dziecka ma dostęp jedynie jego rodzic poprzez specjalny serwis zewnętrzny. Do przeprowadzenia badań niezbędny jest czas jednej godziny lekcyjnej (45min) oraz udostępnienie sprzętu multimedialnego.

II. Przygotowanie raportów indywidualnych dla rodziców

Po wykonaniu badań ankietowych, każdy z rodziców w ciągu tygodnia otrzyma dostęp do indywidualnego konta, gdzie za pomocą specjalnego kodu będzie mógł pobrać przygotowany przez dietetyka indywidualny raport na temat zachowań żywieniowych i stylu życia swojego dziecka, a także dowiedzieć się jak jego dziecko postrzega warunki panujące w domu. Ten raport ma na celu pomóc zrozumieć rodzicom sytuację dziecka a także skłonić ich do podjęcia określonych działań profilaktycznych

III. Przygotowanie raportów podsumowujących dla szkół

Po przeprowadzeniu badań zostanie także sporządzony raport grupowy pokazujący zachowania żywieniowe i styl życia uczniów poszczególnych klas. Raport nie tylko będzie analizował poszczególne klasy ale także całą szkołę. Będzie pozwalał również na wyciąganie wniosków oraz eksponowanie różnic w zachowaniach żywieniowych pomiędzy poszczególnymi rocznikami. Dlatego w ramach prowadzonych badań warto zaangażować jak największą liczbę klas oraz uczniów wszystkich roczników. Raport ten będzie bardzo ciekawym podsumowaniem dla szkół i być może stanie się w przyszłości ważnym krokiem do podjęcia nowych wartościowych działań.

IV. Spotkanie edukacyjne dla rodziców

Ostatnim etapem będzie zorganizowanie spotkania z rodzicami dzieci poszczególnych klas. W tym celu najbardziej odpowiednim momentem mogą być tzw. „wywiadówki”. Spotkania będą odbywać się z dietetykiem, który zaprezentuje rodzicom wyniki raportu danego rocznika a także przygotuje na podstawie uzyskanych danych odpowiedni materiał edukacyjny. Szkolenie edukacyjne dla rodziców ma na celu pomóc zrozumieć im potrzeby swoich dzieci a także zwrócić uwagę konieczność wprowadzenia odpowiednich działań profilaktycznych.

Kto realizuje ten projekt?

Organizatorem ogólnopolskiej akcji „Zdrowa Klasa” jest Agencja Promocji Zdrowia, która zrzesza obecnie blisko 400 gabinetów w kraju. Za bezpośredni kontakt ze szkołami i realizację praktyczną poszczególnych etapów tego projektu będą odpowiadać dietetycy, którzy działają obecnie w ponad



250 miejscowościach w Polsce. Dzięki ogromnej ilości zaangażowanych specjalistów jesteśmy w stanie dotrzeć z naszym projektem praktycznie do większości szkół w naszym kraju.

Już niebawem zostanie także uruchomiony specjalny portal „Zdrowa Klasa” gdzie będziemy na bieżąco informować o przebiegu i wynikach naszej akcji, prezentować raporty i publikacje a także promować szkoły które wyraziły chęć uczestnictwa w tej ważnej społecznie akcji.

Aby jednak uruchomić nasz projekt na większą skalę musimy zebrać odpowiednią liczbę szkół, która chciałyby wziąć udział w tej akcji. Dla realizacji tego zadania potrzebujemy tak naprawdę jedynie Państwa zgody oraz umożliwienie przeprowadzenia 45min spotkania dietetyka z dziećmi jak również godzinnego spotkania z rodzicami poszczególnych klas w dowolnie wybranym terminie. Realizowany przez nas projekt jest całkowicie bezpłatny a udział w nim ma charakter dobrowolny.

Program „**Zdrowa Klasa**”

Zapraszamy do udziału 😊

