

TS / 21.12.2020

Rýchle tempo životného štýlu odvracia pozornosť od nástrah, ktoré so sebou prináša.

Globálne otázky, ako je kríza životného prostredia a pribúdajúce civilizačné ochorenia, dnes viac ako inokedy vyžadujú zmenu nášho životného štýlu a aj transformáciu spôsobov, akým myslíme a konáme. Jedlo tvorí základ nášho života a našich každodenných návykov, a teda by malo hrať vo vzdelávaní detí kľúčovú rolu. Na Slovensku funguje viac ako 4 000 prevádzok školského stravovania. V nich sa denne stravuje takmer 800 tisíc detí (čo predstavuje asi 70 percent z celkového počtu detí od MŠ po SŠ), ktoré za rok v školskej jedálni zjedia približne 180 miliónov pokrmov* (**zdroj: 2muse**). Kým predškolák dokončí svoje stredoškolské štúdium, skonzumuje viac ako 4 000 pokrmov v školskej jedálni, čo predstavuje 4 000 príležitostí na posilnenie tela a mysle, na maškrtenie bez negatívnych následkov na zdravie a na pochopenie vzťahu medzi jedlom, ktoré jeme a svetom, v ktorom žijeme. Deti, ktoré porozumejú hodnote jedla, budú v budúcnosti kupovať kvalitnejšie potraviny, viac sa zaujímať o zdravý životný štýl a ochranu životného prostredia, ako aj vytvárať zdravú klímu v spoločnosti.

Aby sme náš svet urobili udržateľným, mali by sme začať so zmenou našich postojov a hodnôt.

Cieľom Skutočne zdravej školy je zvyšovať povedomie žiakov a mládeže, ich rodičov a učiteľov, o dôležitosť aktívneho budovania si zdravého životného štýlu prostredníctvom uvedomeného vzťahu k jedlu. Považujeme za dôležitú tému stravovania a zdravého životného štýlu na školách riešiť vo všetkých ekologických, ekonomických, sociálnych a zdravotných súvislostiach. Téma je to natoľko univerzálna a komplexná, že prechádza prakticky všetkými vzdelávacími oblasťami, prostredníctvom čoho je možné naplniť veľkú časť očakávaných vzdelávacích výstupov od úrovne predškolského vzdelávania až po stredné školy.

Pomáhame školám, aby viedli deti a mladých ľudí k lepšiemu pochopeniu, čo je ozajstné jedlo a získaniu praktických zručností, ako viesť kvalitný a udržateľný život. Znalosti, ktoré deti počas vyučovania získavajú o faktoroch ovplyvňujúcich zdravie, alebo aktivity, ktorými škola podporuje zdravý životný štýl svojich žiakov, rovnako tak aj jedlo, ktoré školské jedálne ponúkajú na obedy, desiatu či v bufetoch, pomáhajú vytvárať kultúru zdravého, udržateľného a plnohodnotného stravovania a zároveň budovať zdravé návyky detí.

Zaujímá nás, čo si mladí myslia o zdravom životnom štýle

Chceme efektívne reagovať na potreby a možnosti mladých ľudí v oblasti zdravého životného štýlu a stravovania, preto sme sa rozhodli v prvom kroku zistiť, aké sú ich záujmy a preferencie v tejto oblasti a ako ich vnímajú. **Skutočne zdravá škola o.z. aktuálne vďaka podpore hl. Mesta Bratislava realizuje prípravu prieskumu na tému "Vzťah detí základných a stredných škôl k zdravému životnému štýlu a stravovaniu", ktorého realizácia začne v novom roku.**

Skutočne zdravá škola

*“V našom pripravovanom prieskume plánujeme zapojiť deti z bratislavských i mimobratislavských základných a stredných škôl, aby sme prezistili, akými informáciami, skúsenosťami a postojmi ohľadom tejto témy mladí ľudia disponujú. Všetkým zapojeným školám po vyhodnotení prieskumu odovzdáme na základe spracovaných a vyhodnotených dát výsledky s odporúčaniami od odborníkov na tému výživy, psychológie ale aj životného prostredia, ktoré doplníme konkrétnymi návrhmi a tipmi na riešenia najpálčivejších problémov žiačok a žiakov indikovaných v prieskume”. Viac o pripravovanom prieskume prezrádza zakladateľka projektu Skutočne zdravá škola, **Anetta Vaculíková**.*

Chcete sa pridať?

V prípade záujmu o zapojenie sa do projektu nás neváhajte kontaktovať [emailom](#) alebo sa priamo zaregistrovať do nášho projektu Skutočne zdravá škola [tu](#). O ďalšom priebehu prieskumu vás naši koordinátori budú informovať.

Kontaktná osoba pre médiá:

Anetta Vaculíková

jasom@anettavaculikova.com

+421 905 929 066

Zakladateľka projektu Skutočne zdravá škola

*Za poskytnutie faktov a štatistických údajov ďakujeme prieskumnej agentúre **2muse**.