

Tájékoztató az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programhoz, továbbá az iskolatej programhoz készült oktatási anyagokról, plakátokról 2022

Tisztelt Igazgatónő! Tisztelt Igazgató Úr!

Örömmel értesítjük, hogy intézetünk újabb, gyermekeknek szóló információs anyagokat készített egészséges táplálkozás témában, melyek weboldalunkról díjmentesen letölthetők és nyomtathatók: https://ogyei.gov.hu/iskolagyumolcs_es_iskolazoldseg_program_iskolatej_program

A gyermekkori túlsúly és elhízás a 21. század egyik fontos népegészségügyi problémája, járványszerű terjedésének megfékezésére számos nemzetközi kezdeményezés indult. A súlytöbblet nem csupán esztétikai gond, hanem számos betegség korai kialakulásának kockázatát növeli (például magas vérnyomás, cukorbetegség, depresszió, mozgásszervi problémák), emellett széleskörű társadalmi következményeit is tudományos adatok támasztják alá.

Az európai uniós társfinanszírozású, az EU legtöbb tagállamában működő iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program (mely lehetőséget teremt az óvodák bevonására is) egyik legfőbb célkitűzése, hogy tartósan növelje a gyermekek táplálkozásában a zöldségek, gyümölcsök, tej és tejtermékek arányát, ösztönözve őket az egészséges étkezési szokások kialakítására és hosszú távú fenntartására, hozzájárulva ezzel a túlsúly és elhízás visszaszorításához.

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program megvalósulását a 15/2021. (III. 31.) AM rendelet, az iskolatej programot a 19/2021. (V. 5.) AM rendelet szabályozza. A programokban részt vevő intézményekben hetente több alkalommal kerül sor zöldségek, gyümölcsök, illetve tej, tejtermékek kiosztására.

Az OGYÉI szerepe az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban és az iskolatej programban

A rendeletek a két program promóciós vagy kísérő intézkedéseire vonatkozóan is tartalmazznak előírásokat. Az iskolatej program esetén a szállítóra vonatkozó promóciós intézkedések egyik lehetséges változata a tej, tejtermék, valamint az egészséges életmód ösztönzését szolgáló tájékoztató anyagok, oktatási segédanyagok biztosítása. Míg az iskolagyümölcs és -zöldség-program esetén a kísérőintézkedés a kóstoltatás, melynek során a beszállító gyermekeknek készült ajándék munkafüzet kiosztását vállalhatja. A két rendelet értelmében az említett anyagok (tájékoztató anyagok, oktatási segédanyagok és munkafüzetek) tartalmának összhangban kell lennie az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet (továbbiakban: OGYÉI) által, az egészséges táplálkozásra vonatkozóan közzétett ajánlásokkal.

Az OGYÉI 2022-ben olyan, a gyermekek számára szóló plakátokat, tájékoztató anyagokat is készített, melyek kifejezetten a gyümölcsök és zöldségek, valamint a tej és tejtermékek fogyasztásával kapcsolatos ismeretek terjesztését, továbbá ezen élelmiszerek fogyasztásának népszerűsítését célozzák.

Az OGYÉI vonatkozó táplálkozási ajánlásai itt érhetők el:

https://ogyei.gov.hu/iskolagyumolcs_es_iskolazoldseg_program_iskolatej_program

A zöldségek, gyümölcsök, tej és tejtermékek szerepe az egészséges táplálkozásban

A táplálkozási ajánlások a zöldségekben, gyümölcsökben, teljes értékű gabonafélékben gazdag, és emellett az alacsonyabb telített zsír-, szabadcukor- és sótartalmú étrend követését javasolják. Továbbá a legtöbb nemzetközi táplálkozási ajánlás, ahogy a magyarországi (OKOSTÁNYÉR®) is, nélkülözhetetlen elemének tekinti a tejet és tejtermékeket is. Ennek oka, hogy ezen élelmiszercsoport teljes értékű fehérjét, számos vitamint (pl. B1-, B12-, D-vitamin), valamint olyan ásványi anyagokat (pl. kalcium, foszfor, magnézium) tartalmaz, melyek hozzájárulnak az egészséges csontozat és fogazat kialakulásához.

További információk a gyermekek egészséges táplálkozásáról:

- az OGYÉI egészséges táplálkozásról, közétkeztetésről, táplálkozási felmérésekről szóló információs weboldalán: <https://merokanal.hu/egeszsegorzoiskola/kiadvany>
- a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) által készített OKOSTÁNYÉR® táplálkozási ajánlás egy, az egészséges lakosságnak szánt útmutató, amely a gyerekekre vonatkozóan is megfogalmazza az egészséges táplálkozás legfontosabb alapelveit: <https://www.okostanyer.hu/okostanyer-gyermek/>

Elköteleződve a gyermekek egészséges táplálkozással kapcsolatos ismereteinek növelése, a helyes táplálkozási szokások kialakítása iránt, javasoljuk a gyermekeknek szóló plakátok, tájékoztató anyagok nyomtatását és kihelyezését az intézményben, 2022 szeptemberében.

Bármilyen felmerülő kérdés esetén szívesen állunk rendelkezésre, a taptud@ogyei.gov.hu e-mail-címen kereshet minket.

A fenti e-mail címen örömmel fogadunk (személyeket nem szerepeltető) fényképet az intézményben kihelyezett plakátokról is. A fényképeket weboldalainkon (ogyei.gov.hu, merokanal.hu) és/vagy kapcsolódó Facebook-oldalainkon tennénk közzé, hogy bemutassuk, milyen erőfeszítéseket tesznek az egyes intézmények a gyerekek egészséges táplálkozásra való nevelése érdekében.

Szíves együttműködését előre is köszönjük!

Budapest, 2022. augusztus 03.

Üdvözlettel:



Dr. Szentiványi Mátyás
főigazgató