* **Program edukacyjny „Żyj smacznie i zdrowo”**
* Rozpoczęła się  **IV edycja programu edukacyjnego skierowanego do gimnazjalistów „Żyj smacznie i zdrowo”** marki WINIARY we współpracy z Federacją Polskich Banków Żywności. Program objęty został patronatem Ośrodka Rozwoju Edukacji, Polskiego Towarzystwa Nauk Żywieniowych, Wydziału Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji SGGW oraz Fundacji Klubu Szefów Kuchni. Nasza szkoła również przystąpiła do tego programu, udział wezmą dwie klasy : II i III gimnazjum.
* Koordynatorem programu w szkole jest p. Aneta Lizińska i p. Anna Rogozińska.

**Opis projektu**

Pomysł na program narodził się w związku zewzrostem odsetka młodzieży z nadwagą i otyłością w Polsce, czego główną przyczyną są złe nawyki żywieniowe. Program „Żyj smacznie i zdrowo” jest akcją edukacyjną marki WINIARY prowadzoną we współpracy z Federacją Polskich Banków Żywności w polskich gimnazjach (klasy I-III gimnazjum). Do tej pory odbyły się dwie edycje projektu, obie pod wcześniejszą nazwą „Jedz smacznie i zdrowo”. W trzeciej edycji, która właśnie trwa, organizatorzy kampanii zdecydowali się na zmianę nazwy. Wiązało się to z poszerzeniem zakresu programu
o zagadnienia z dziedziny ekologii oraz z koniecznością podkreślenia związków pomiędzy: odżywieniem a ekologiczną świadomością i odpowiedzialnością. Od 5 listopada, III edycja programu przyjęła nazwę „Żyj smacznie i zdrowo”.

**Adresaci programu edukacyjnego „Żyj smacznie i zdrowo”**

* Młodzież klas I-III szkół gimnazjalnych (w wieku 13-15 lat).
* Wychowawcy klas, nauczyciele przedmiotowi oraz dyrektorzy gimnazjów.
* Rodzice młodzieży gimnazjalnej.

**Główny cel programu**

Promocja wśród młodzieży gimnazjalnej zasad zdrowego i świadomego komponowania smacznych
i zdrowych posiłków. Pokazanie młodzieży różnorodności dostępnych produktów oraz pokarmów, dzięki którym, **możliwy jest kompromis pomiędzy jedzeniem zdrowym i smacznym.** Utrwalanie odpowiedzialnych postaw związanych z niemarnowaniem jedzenia, z prawidłowym oraz świadomym kupowaniem, przygotowywaniem i przechowywaniem żywności.Ponadto, w ramach programu organizatorzy promują wśród gimnazjalistów postawę proekologiczną, podkreślając związek pomiędzy ekologią a odżywianiem i zdrowym stylem życia.

**Cele szczegółowe programu**

* Zachęcenie uczniów do regularnego spożywania pełnowartościowych posiłków. Kształtowanie wśród gimnazjalistów postawy szacunku do żywności oraz umiejętności przygotowywania posiłków w taki sposób, by ograniczyć marnowanie jedzenia.
* Aktywizacja szkół do realizacji tematów o znaczeniu społecznym i kształtowanie wśród uczniów prawidłowych wzorów konsumpcji.
* Angażowanie nauczycieli i dyrektorów szkół do podejmowania tematyki związanej z prawidłowym odżywianiem oraz niemarnowaniem żywności, poprzez przeprowadzenie zajęć według przygotowanych scenariuszy lekcji oraz realizacji konkursu poświęconego tej tematyce.
* Propagowanie zasad prawidłowego żywienia, dobierania smacznych i zdrowych składników posiłków.
* Edukacja z zakresu niemarnowania jedzenia w tym wpływu marnowania na środowisko naturalne. Przybliżenie zasad właściwego przygotowywania i przechowywania posiłków.
* Edukacja na temat związków pomiędzy żywieniem a ekologią oraz promowanie proekologicznej postawy.
* Angażowanie rodziców do podejmowania tematyki zdrowego odżywiania z ich dziećmi oraz zachęcenie ich do zmiany złych nawyków żywieniowych swoich dzieci.

**Dotychczasowe**

**sukcesy programu oraz prognozy na przyszłość**

Nauczyciele w Polsce coraz częściej dostrzegają konieczność edukowania młodzieży gimnazjalnej o zdrowym żywieniu, co doskonale pokazuje powodzenie projektu. W I edycji projektu udział wzięło **8%** gimnazjów w całej Polsce, w II już **23%**. W obu odsłonach programu wzięło udział niemal 2200 gimnazjów z całej Polski. Ponad 2800 nauczycieli wyedukowało w dziedzinie zdrowego odżywiania ponad 130tysięcy uczniów z ponad 4300 klas.

Wyniki dotarcia programu do poszczególnych województw w Polsce. Procentowy udział gimnazjów w danym województwie w II edycji programu (w oparciu o dane GUS „Informacje i opracowania statystyczne – Oświata
i wychowanie w roku szkolnym 2010/2011”):



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dotarcie** | **I edycja 2010/2011** | **II edycja 2011/2012** |
| Nauczyciele | 600 | 3 200 |
| Gimnazja | 500 | 1 640 |
| Klasy gimnazjalne | 1 000 | 2 300 |
| Wyedukowani uczniowie | 30 000 | 100 000 |

**Rodzice**

Równie ważną grupą docelową projektu są rodzice młodzieży gimnazjalnej. Twórcy projektu wychodzą
z założenia, że poza szkołą równie ważną rolę w edukacji żywieniowej gimnazjalistów mają ich rodzice. Organizatorzy programu specjalnie dla rodziców przygotowali scenariusz spotkania „Jedz smacznie, zdrowo i niedrogo”. Spotkanie
z rodzicami prowadzi nauczyciel.

**Dodatkowe formy edukacji w ramach „Żyj smacznie i zdrowo”:**

* Strona internetowa programu [www.zyjsmacznieizdrowo.pl](http://www.zyjsmacznieizdrowo.pl) na której umieszczane są liczne artykuły związane
z tematyką zdrowego żywienia, liczne wskazówki i porady dotyczące prawidłowych nawyków żywieniowych.
* Na profilu [www.facebook/zyjsmacznieizdrowo](http://www.facebook/zyjsmacznieizdrowo) każdego dnia można znaleźć smaczne i zdrowe przepisy, ciekawostki żywieniowe, zagrać o atrakcyjne i wartościowe nagrody w konkursach oraz obejrzeć filmy edukacyjne i kulinarne z udziałem gimnazjalistów.
* Kanał YouTube<https://www.youtube.com/user/zyjsmacznieizdrowo> na którym można obejrzeć filmy edukacyjne o zdrowym odżywianiu oraz filmy kulinarne o przygotowywaniu smacznych i zdrowych posiłków w swoim domu.

**Patroni i partnerzy programu**

|  |  |
| --- | --- |
| **Patron społeczny**Federacja Polskich Banków Żywności | http://ciechanowinaczej.pl/wp-content/uploads/2012/11/banki_zywnosci1.jpg |
| **Patron honorowy**Polskie Towarzystwo Nauk Żywieniowych  | C:\Users\Joasia\AppData\Local\Temp\PTNŻ.jpg |
| **Patron honorowy**Wydział Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego | C:\Users\Joasia\AppData\Local\Temp\Logo-WNOŻCziK.jpg |

Więcej o szczegółach programu edukacyjnego „Żyj smacznie i zdrowo” można znaleźć na [www.zyjsmacznieizdrowo.pl](http://www.zyjsmacznieizdrowo.pl) lub na profilu [www.faceboook.com/zyjsmacznieizdrowo.pl](http://www.faceboook.com/zyjsmacznieizdrowo.pl)

Regulamin programu dostępny jest na: <http://newsletter-winiary.pl/jsiz/ZSIZ_Regulamin.pdf>