



igrom do zdravlja

PRIOPĆENJE ZA MEDIJE

PROGRAM PREVENCIJE PRETILOSTI DJECE ŠKOLSKE DOBI PETICA – IGROM DO ZDRAVLJA NASTAVLJA S PROVEDBOM

Program se širi na dodatnih osam zagrebačkih osnovnih škola pa će u sklopu školske godine 2015./2016. u provedbi javnozdravstvenog programa PETICA – igrom do zdravlja sudjelovati šesnaest zagrebačkih osnovnih škola i preko 5500 dionika: učenika, njihovih roditelja, učitelja i stručnjaka

(Zagreb, 15. listopada 2015.) – U Hrvatskom liječničkom zboru danas je najavljen nastavak provedbe javnozdravstvenog programa prevencije pretilosti djece školske dobi PETICA – igrom do zdravlja. Program, koji je počeo s provedbom prošle školske godine u osam zagrebačkih osnovnih škola, proširio se na šesnaest škola te ove godine obuhvaća preko pet tisuća pet stotina dionika. U program su uključeni učenici trećih razreda, nastavljači programa, te njihove mlađe kolege iz drugih razreda, kao i učenici drugih razreda osam novih škola: OŠ Ivana Gundulića, OŠ dr. Vinka Žganca, OŠ Rapska, OŠ Trnjanska, OŠ Grigora Viteza, OŠ Pavleka Miškina, OŠ Špansko Oranice, te OŠ Tituš Brezovački.

Alarmantni podaci koji pokazuju da svega 56 % djece svakodnevno doručkuje, 76 % djece ne konzumira preporučene količine povrća, te 66 % ne konzumira preporučenu količinu voća dok se svega 30 % dječaka i 17 % djevojčica svakodnevno bavi tjelesnom aktivnosti, i dalje su ključan motivator za podizanje svijesti o zdravom tanjuru i zdravim životnim navikama, koje uključuju dovoljan unos vode, minimalno 60 minuta kretanja dnevno i zdrav san.

„U proteklih 141 godinu, od 1874. Hrvatski liječnički zbor sustavno skrbi ne samo o liječničkoj zajednici već, ponajprije, o zdravlju naroda. Rast i razvoj djeteta, uz usvajanje zdravih životnih navika, pravilne prehrane, igre i tjelesne aktivnosti, najbolji su način prevencije kroničnih nezaraznih bolesti. Ova društveno prihvatljiva intervencija u školski program, obitelj i zajednicu u konačnici dovodi do smanjenja stope prekomjerne tjelesne težine, kroničnih srčanih bolesti, dijabetesa, cerebrovaskularnih incidenata i kognitivnog slabljenja.“, izjavio je prof. dr. sc. Željko Krznarić, predsjednik Hrvatskog liječničkog zbora koji je zadužen za provedbu programa PETICA – igrom do zdravlja.

Program odobren od strane Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta te proveden uz potporu Ministarstva zdravlja i zagrebačkog Gradskog ureda za zdravstvo šalje afirmativne poruke i djeci kroz igru približava ključne poruke važne za zdravlje. No isto tako, program PETICA – igrom do zdravlja provodi se s ciljem uključivanja cijele zajednice jer su istraživanja i prakse iz zemalja diljem svijeta pokazale da je to uspješan način prevencije ovog ozbiljnog javnozdravstvenog problema.

PROGRAM PREVENCIJE PRETILOSTI DJECE ŠKOLSKE DOBI

Hrvatski liječnički zbor · Šubićeva 9 · HR-10 000 Zagreb · Tel. +385 (0)1 46 93 300 · Fax: +385 (0)1 46 55 066

OIB: 60192951611 · Žiro račun kod Zagrebačke banke d. d. · SWIFT: ZABAHR2X · IBAN: HR7423600001101214818 · PNB: 268-120



Projekt PETICA - igrom do zdravlja dio je EPODE međunarodne mreže (EIN) programa čiji je cilj smanjenje stope pretilosti u djece školske dobi diljem svijeta.

petica@hlz.hr
www.petica.hr



igrom do zdravlja

“Nakon prošlogodišnjeg pilot projekta, ove će školske godine javnozdravstveni program PETICA – igrom do zdravlja obuhvatiti čak 5500 roditelja, djece, učitelja i drugih članova zajednice. Program će se provoditi u drugim i trećim razredima 16 osnovnih škola u Zagrebu, ali i u sklopu odabranih predškolskih aktivnosti i javnih događaja. Temeljne odrednice naše metodologije su kreativnost, pozitivan stav i učenje kroz igru što se pokazalo učinkovitim alatom za usvajanje zdravih navika u školaraca i zajednice koja ih okružuje. Tako u istraživanju koje smo proveli, nakon svega šest mjeseci provedbe programa, tijekom prošle školske godine, zabilježen je znatan napredak – 97,6 % učenika uključenih u program zna koliki je preporučeni dnevni unos voća, te 15 % više učenika zna koliki je preporučeni dnevni unos vode. Ukupno je broj točnih odgovora povećan za 10% kod učenika uključenih u program i to u segmentima povezanim uz znanje o važnosti zdrave prehrane i tjelesne aktivnosti, te uz promjenu životnih navika.” izjavila je doc. dr. sc. Darija Vranešić Bender, znanstvena koordinatorica programa.

Cilj programa je obrazovati djecu, njihove roditelje i učitelje ne samo o važnosti pravilnih prehrambenih navika nego i redovite tjelovježbe koja je ključna za pravilan rast i razvoj. Istraživanje na kraju prošle školske godine pokazalo je kako su preporuku za tjelesnu aktivnost učenici najlošije usvojili.

“Tjelesna neaktivnost je četvrti vodeći čimbenik smrtnosti u svijetu što ju svrstava među najozbiljnije javnozdravstvene probleme današnjice. Redovita tjelesna aktivnost, s druge strane, dokazano pomaže u očuvanju i unapređenju zdravlja, a posebno je važna za pravilan rast i razvoj u djetinjstvu i mladosti. U okviru programa PETICA – igrom do zdravlja oblikovali smo brojne zanimljive i djeci primjerene sadržaje koji bi ih trebali potaknuti na usvajanje navike redovitog bavljenja tjelesnom aktivnošću. Osim toga, ove godine smo pripremili posebnu brošuru za roditelje kako bi i njih motivirali i potaknuli na usvajanje zdravih navika jer upravo njihov način života u velikoj mjeri utječe na život djeteta i djetetovog zdravlja.” zaključio je dr.sc. Danijel Jurakić, suradnik za tjelesnu aktivnost Kineziološkog fakulteta u Zagrebu.

Program PETICA – igrom do zdravlja dio je međunarodne mreže EPODE koju čine četrdeset i dva slična programa, a koji se provode u 29 zemalja diljem svijeta te uključuje više od 200 milijuna ljudi.

“Podrška globalne mreže sličnih programa dragocjena nam je u razvoju ovog programa na lokalnoj razini, a izvrsna suradnja s iznimno motiviranim kolegama iz sektora školstva i obrazovanja motor je koji nas pokreće da nastavimo dalje u istom ritmu.” zaključila je doc. dr. sc. Darija Vranešić Bender.

###

Za više informacija obratite se:

Sari Cobal, mag. nutr.
Voditelj programa „PETICA

Tei Matoš, PR direktor



igrom do zdravlja

– igrom do zdravlja”
E: cobal.epode@hlz.hr
M: +385 98 171 23 38

E: tea@bododo-media.hr
M: +385 98 238 083