



PREZYDENT MIASTA SUWAŁEK

ul. Mickiewicza 1 • 16-400 Suwałki
tel. (+48 87) 562 81 02, fax: (+48 87) 566 30 98 • www.um.suwalki.pl, e-mail: prezydent@um.suwalki.pl

Suwałki, 09 lutego 2022r.

SZ.0003.1.2022

Pani
Anna Ruszewska
Radna Rady Miejskiej w Suwałkach

W związku ze złożoną 27 stycznia 2022r. interpelacją dotyczącą edukacji szkolnej na temat zdrowego odżywiania, chciałbym na wstępie zaznaczyć, iż problem nadwagi i otyłości wśród dzieci z suwalskich przedszkoli i szkół jest nam dobrze znany. Należy też zaznaczyć, że dzięki podejmowanym szeregu działań zarówno przez samorząd, jak też przez placówki oświatowe, odnotowujemy spadek wskaźnika zapadalności na otyłość począwszy od dzieci uczęszczających do przedszkoli a skończywszy na uczniach szkół średnich (dane z lat szkolnych 2017/2018, 2018/2019 oraz 2019/2020 pochodzące ze sprawozdań Niepublicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej Ośrodek Medycyny Szkolnej i Promocji Zdrowia „Sanitas” przeprowadzającego badania bilansowe w przedszkolach i szkołach, których organem prowadzącym jest miasto Suwałki). Niestety, obecnie panująca pandemia COVID-19 z pewnością negatywnie wpłynie na ten trend. Zdalne nauczanie i związana z tym niska aktywność fizyczna niewątpliwie ma duży wpływ na stan zdrowia dzieci i młodzieży, w tym na ich nadwagę i otyłość.

Zakres prowadzonych i planowanych działań mających na celu prewencję nadwagi oraz otyłości wśród dzieci i młodzieży z suwalskich placówek oświatowych, szczegółowo przedstawię poniżej w odpowiedzi na zadane w interpelacji pytania.

Ad.1. We wszystkich placówkach oświatowych, dla których miasto Suwałki jest organem prowadzącym prowadzona jest edukacja na temat zdrowego odżywiania.

W przedszkolach prowadzone są m.in. następujące działania dotyczące edukacji zdrowego odżywiania:

URZĄD MIEJSKI w SUWAŁKACH
BIURO RADY MIEJSKIEJ
WPŁYNEŁO

Data..... podpis.....
p.39

- realizacja zadań wynikających z podstawy programowej - systematycznie organizowane są zajęcia edukacyjne, pogadanki na temat zasad zdrowego stylu życia, dzieci mają okazję oglądać i wypowiadać na temat ilustracji i obrazków tematycznych, historyjek obrazkowych, dzielić się własnymi doświadczeniami i przeżyciami,
- kontynuowanie działań w ramach akcji „Wybieram wodę” - czyli zapewnienie dzieciom dostępu do wody na terenie przedszkola - inicjatywa ma na celu promowanie wody jako najzdrowszego napoju,
- profilaktyka podczas zajęć edukacyjnych - wyposażenie dzieci w wiedzę na temat zdrowego odżywiania, wpływu poszczególnych składników odżywczych na organizm,
- ogólnopolski program „Skąd się biorą produkty ekologiczne” - program dla dzieci 5-6 - letnich. Celem programu jest zwiększanie świadomości i wiedzy na temat rolnictwa ekologicznego oraz budowanie właściwych nawyków żywieniowych od najmłodszych lat,
- ogólnopolski program „Zdrowo jem, więcej jem”- program przeznaczony dzieciom w wieku 6 lat, ma na celu wykształcenie u dzieci prozdrowotnych zasad zdrowego żywienia oraz przekazywania wiedzy na temat produktów służących zdrowiu i produktów dla zdrowia szkodliwych (w projekcie przewidziane są różne zadania, które są realizowane cały rok szkolny),
- tradycje kulinarne czyli „Mali kucharze” - tradycją stało się samodzielne przygotowywanie przez dzieci zdrowych kanapek, sałatek, soków oraz obchodzenia tzw. witaminkowych dni,
- „Zdrowe śniadanie” czyli „Szwedzki stół” - cyklicznie odbywają się śniadania w formie „szwedzkiego stołu”, przedszkolaki samodzielnie wykonują kanapki podczas śniadania, mają do wyboru zdrowe i smaczne produkty, dzieci same decydują o tym, co znajdzie się na ich kanapkach,
- „Odrobina witamin” - codziennie każdy przedszkolak około godz. 10.00 otrzymuje do konsumpcji na talerzu warzywa i owoce w postaci stałej lub szklankę soku,
- jadłospis przedszkolny uwzględnia zasady zdrowego żywienia - układany jest zgodnie z zaleceniami. Kontrola PPIS w Suwałkach, która oceniła pozytywnie nasze jadłospisy, podawane dzieciom pokarmy zawierają najwyższe wartości odżywcze, każdego dnia 3/4 dziennego zapotrzebowania dziecka w wieku przedszkolnym na białko, węglowodany, tłuszcze i witaminy (zgodnie z normami Instytutu Żywności Żywienia oraz Instytutu Matki i dziecka),
- ogólnopolska akcja „Zdrowo i sportowo” - tematy tegorocznej edycji: „Owoce”, „Warzywa”, „Zdrowe przekąski”, „Ogranicz cukier”, „Dzień Marchewki”

- współpraca z uczniami i nauczycielami Zespołu Centrum Kształcenia Rolniczego im. Winceneteo Witosa w Suwałkach - „Warsztaty o wodzie”,
- „Eko-przedszkolak” - program edukacji ekologicznej - w ramach programu od 3 lat zakładamy wiosenne ogródki w salach przedszkolnych - dzieci sadzą kielki, szczypiorek, pietruszkę, bazylię itp. , które wykorzystują jako dodatki do śniadania,
- „Mały kucharz” - autorski program zajęć kulinarnych mających na celu wdrażanie do zdrowego odżywiania.

W szkołach podstawowych prowadzone są m.in. następujące działania dotyczące edukacji zdrowego odżywiania:

- udział uczniów w akcji „Elmexowanie zębów - ochrona przeciw próchnicza”,
- piramida zdrowego odżywiania,
- zajęcia na temat „Śniadanie daje moc”- edukacja prozdrowotna,
- czym jest i jak działa zdrowe odżywianie „Smacznie, zdrowo, kolorowo” - prezentacja dokonana w ramach działań edukacyjnych towarzyszących „Programowi dla szkół”,
- działanie edukacyjne w ramach „Programu dla szkół”- prezentacja filmu „Ekipa Chrumasa gotuje” - wykonanie zdrowej sałatki owocowej,
- kolorowy świat warzyw, owoców oraz mleka- zajęcia w ramach realizacji „Programu dla szkół”,
- kształtowanie nawyków zdrowego odżywiania - zdrowe menu dla dziecka,
- kolorowo, czyli zdrowo - wartości odżywcze warzyw i owoców - konkurs plastyczny „Ulubione warzywa i owoce”,
- warzywa w naszym jadłospisie - kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych czyli komponowanie zdrowego menu dla ucznia kl. I,
- kolorowy świat warzyw, owoców oraz mleka - zajęcia w ramach realizacji „Programu dla szkół”,
- udział w zajęciach profilaktycznych „MOJE EMOCJE I JA” przeprowadzonych przez pedagoga z PP-P w Suwałkach,
- 10 zasad zdrowego odżywiania - film edukacyjny - wykonanie zdrowych przekąsek z wykorzystaniem nabiału,
- „drugie śniadanie - dla ucznia doładowanie” - zajęcia w ramach działań edukacyjnych towarzyszących realizacji w szkole,
- w ramach programu „Spójrz inaczej” na godzinach wychowawczych realizowano treści dotyczące zdrowego odżywiania.

Ponadto wprowadzono następujące programy:

- PROGRAM DLA SZKÓŁ - mleko, owoce, warzywa - bezpłatny dostęp dla uczniów klas I-V w ramach projektu Krajowego Ośrodka Wspierania Rolnictwa,
- SKĄD SIĘ BIORĄ PRODUKTY EKOLOGICZNE - kolorowanki, gry, zabawy, filmy edukacyjne – dzieci 5-6 letnie z oddziału przedszkolnego - w ramach programu edukacyjnego organizowanego przez Powiatowa Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Suwałkach,
- BĄDŹ AKTYWNY - BĄDŹ ZDROWY II etap-gry, zabawy, filmy edukacyjne, zajęcia kulinarne motywujące do zdrowego odżywiania - udział biorą wszystkie oddziały przedszkolne oraz oddziały szkół podstawowych oraz oddziały Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Suwałkach – projekt w ramach Programu Interreg V-A 2014-2020,
- gry i zabawy, pogadanki filmy edukacyjne zachęcające do zdrowego odżywiania i stylu życia - uczniowie klas I-III - w ramach programu „Aktywny Suwałczanin”,
- zajęcia zachęcające i motywujące do zdrowego stylu życia i odżywiania – uczniowie klas I-II w ramach zajęć rekreacyjno-profilaktycznych realizowanych ze środków Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych,
- pogadanki, zajęcia, filmy edukacyjne o zdrowym stylu życia, modnych trendach wśród młodzieży, złych nawykach kulinarnych - w ramach zajęć na godzinie wychowawczej – wszyscy uczniowie,
- informacje dostępne dla wszystkich uczniów o zdrowym odżywianiu przekazywane przez nauczycieli wychowania fizycznego między innymi w formie gazetki szkolnej z ciekawymi przepisami kulinarnymi oraz zestawami ćwiczeń wzbogacających zdrowy styl odżywiania.

W szkołach ponadpodstawowych prowadzone są m.in. następujące działania dotyczące edukacji zdrowego odżywiania na lekcjach biologii i zajęciach z wychowawcą:

- przedstawiana jest rola nieorganicznych i organicznych składników pokarmowych w odżywianiu, w szczególności białek pełnowartościowych i niepełnowartościowych, NNKT, błonnika, witamin,
- wyjaśnia się rolę mikrobiomu układu pokarmowego w funkcjonowaniu organizmu,
- przedstawia się zasady racjonalnego żywienia,
- zapoznaje się ze skutkami złego odżywiania i zaburzeniami związanymi z nieodpowiednim odżywianiem (anoreksja, bulimia) oraz skutkami zdrowotnymi,

- omawiane są przyczyny (w tym uwarunkowania genetyczne) otyłości oraz sposoby profilaktyki, wykazano związek między stylem życia i chorobami układu krążenia (miażdżyca, zawał mięśnia sercowego, choroba wieńcowa serca, nadciśnienie tętnicze, udar, zylaki),
- przedstawia się znaczenie badań diagnostycznych w profilaktyce chorób układu krążenia (EKG, USG serca, angiokardiografia, badanie Holtera, pomiar ciśnienia tętniczego, badania krwi),
- wyjaśnia się jaki ma wpływ sposób odżywiania (w tym suplementacji) i aktywności fizycznej na rozwój oraz stan kości i mięśni człowieka,
- omawia się źródła zagrożeń dla zdrowia i życia współczesnego człowieka, wpływ aktywności fizycznej mającej wpływ na dobre samopoczucie,
- omawia się zasady racjonalnego odżywiania czyli „zdrowo żyję - zdrowo jem” oraz „zdrowy styl życia to moda czy potrzeba”.

Wskazane treści wchodzi także w zakres programu wychowawczo-profilaktycznego i są przede wszystkim poruszane na godzinach pozostających do dyspozycji wychowawcy. Ponadto uczniowie wypełniali ankiety dotyczące zdrowego trybu życia, w tym odżywiania. Wnioski z ankiet były omawiane przez wychowawców oraz nauczycieli biologii, chemii oraz pedagoga szkolnego.

Ad.2. Każda jednostka podejmuje działania na rzecz systemowej realizacji zadań w zakresie zdrowego żywienia i popularyzowania aktywności fizycznej. Dotyczy to różnych obszarów, np. stanu odżywiania i zachowań zdrowotnych społeczności szkolnej, infrastruktury oraz dostępności produktów żywnościowych korzystnych dla zdrowia. Szkoły zachęcają oraz motywują swoich uczniów do aktywnego udziału w zajęciach prozdrowotnych. Jednocześnie w zakresie realizacji zadań statutowych szkoła zapewnia uczniom możliwość korzystania z szeregu programów edukacyjnych promujących zdrowy styl życia. Mając na celu przede wszystkim promowanie zdrowia, dyrektorzy suwalskich szkół stwarzają odpowiednie warunki harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów poprzez aktywne działania prozdrowotne. Każda szkoła, uwzględniając wymagania określone w podstawie programowej, jak też możliwości kadrowe i organizacyjne zgodnie z potrzebami i zainteresowaniami uczniów, jest zobowiązana do rozwijania atrakcyjnej dla uczniów oferty programowej zarówno w odniesieniu do zajęć wychowania fizycznego, jak również innych organizowanych zajęć edukacyjnych, w tym sportowych i prozdrowotnych.

Edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży stanowi obowiązkowy obszar nauczania w szkołach, a obecnie - w czasie pandemii, ma znaczenie priorytetowe. Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 kwietnia 2019 r. w sprawie ramowych

planów nauczania dla publicznych szkół (Dz. U. z 2019 r. poz. 639 ze zm.) od roku szkolnego 2020/2021 istotne problemy społeczne, w tym zdrowotne są omawiane podczas obowiązkowych zajęć z wychowawcą.

Ministerstwo Edukacji i Nauki stworzyło ramy prawne, które umożliwiają szkołom podejmowanie innowacyjnych, prozdrowotnych rozwiązań, zgodnie z zadaniami szkoły określonymi w ustawie 14 grudnia 2016 r. - Prawo oświatowe, ustawie z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty oraz aktach wykonawczych - z uwzględnieniem potrzeb i zainteresowań uczniów. Jednostki oświatowe realizują takie zadanie.

Działania propagujące zdrowy tryb życia są prowadzone m. in. w ramach Programu Szkoła Promująca Zdrowie. Program ten jest upowszechniany we wszystkich szkołach. W związku z tym przedszkola i szkoły w swoich działaniach koncentrują się na promowaniu zdrowego stylu życia, tworzą warunki sprzyjające ochronie zdrowia oraz umożliwiają aktywne uczestnictwo społeczności przedszkolnej/szkolnej w działaniach na rzecz zdrowia. Wszystkie jednostki oświatowe przygotowują uczniów do dokonywania zdrowych wyborów w życiu.

Mając powyższe na uwadze, należy podkreślić, że kształtowanie postaw prozdrowotnych uczniów, w tym upowszechnianie korzyści płynących z systematycznej, urozmaiconej aktywności fizycznej jest ważnym zadaniem szkoły na każdym etapie edukacyjnym.

Ad.3. Planowane jest opracowanie oraz realizowanie programu polityki zdrowotnej dotyczącego prewencji nadwagi oraz otyłości wśród uczniów suwalskich szkół. Wydział Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Miejskiego w Suwałkach przeprowadził już wstępną diagnozę problemu wykorzystując dane dotyczące nadwagi i otyłości w „Mapach potrzeb zdrowotnych w zakresie chorób metabolicznych dla województwa podlaskiego” (wydanie z 2018 roku), a także dane statystyczne udostępnione przez Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ośrodek Medycyny Szkolnej i Promocji Zdrowia „Sanitas”, który przeprowadza badania bilansowe w przedszkolach i szkołach, których organem prowadzącym jest Miasto Suwałki. Zebrane dane zostały przedstawione podczas pierwszego spotkania Zespołu ds. Zdrowia Publicznego powołanego przez Prezydenta Miasta Suwałk, które odbyło się 18 sierpnia 2021 roku. Natomiast podczas spotkania w dniu 3 listopada 2021 roku, członkowie w/w Zespołu jednogłośnie zdecydowali o konieczności rozpoczęcia prac nad opracowaniem, a następnie realizacją programu polityki zdrowotnej dotyczącego prewencji nadwagi oraz otyłości wśród uczniów suwalskich szkół.

Ad. 4. Obecnie tworzenie programu polityki zdrowotnej dotyczącego prewencji nadwagi oraz otyłości wśród uczniów suwalskich szkół jest na etapie analizy rekomendacji naukowych, programów polityki zdrowotnej realizowanych przez inne samorzady, a także ich ocen dokonanych przez Prezesa Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji. Analiza ma na celu wybór m.in. planowanych interwencji, etapów programu, populacji docelowej, kryteriów kwalifikacji, mierników monitorowania i ewaluacji, a także ustalenie kosztów jednostkowych i całkowitych programu, w celu zachowania jego jakości i efektywności. Analizę przeprowadza, a następnie opracuje program polityki zdrowotnej, wspomniany w interpelacji pracownik Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia. W dalszej kolejności Wydział przedłoży program Zespołowi ds. Zdrowia Publicznego, a następnie zgodnie z art. 48a ust. 4 Ustawy o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych - Agencji Technologii Medycznych i Taryfikacji, celem zaopiniowania. Ostateczną decyzję o realizacji programu podejmie Rada Miejska w Suwałkach.

Ad.5. Sama edukacja w przypadku prewencji nadwagi i otyłości wśród uczniów jest niewątpliwie niewystarczająca. Niezbędne jest tu zastosowanie wszystkich czterech faz profilaktyki, począwszy od profilaktyki wczesnej i skończywszy na profilaktyce III fazy. Istnieje możliwość prowadzenia jej w oparciu o wyodrębnione zadanie publiczne, jednakże należałoby je włączyć do zadań priorytetowych w tym obszarze w Programie współpracy Miasta Suwałk z organizacjami pozarządowymi oraz podmiotami, o których mowa w art. 3 ust. 3 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie na rok 2023 oraz kolejne lata wraz z przeznaczeniem środków finansowych na ten cel.

Z up. PREZYDENTA

dr Roman W. Rynkowski
Zastępca Prezydenta

Do wiadomości:

- 1) Pan Zdzisław Przełomieć
Przewodniczący Rady Miejskiej w Suwałkach