

## Den boje proti dětské obezitě – 25.5.2011

Vyhlášení dne boje proti dětské obezitě na konferenci Školní stravování 2011 v Pardubicích je symbolickým a současně iniciačním momentem, který by měl vést ke společenskému sjednocení všech aktivit, které s danou problematikou souvisí.

Je dobře známo, že obezita člověka je doprovázena řadou chronických onemocnění, které ve svých důsledcích snižují přirozenou fyzickou a psychickou aktivitu člověka, zkracují dobu života a přináší tak nemalou ekonomickou zátěž pro celou společnost. Rozvoj obezity člověka souvisí s řadou skutečností, které jsou dobře známé a popsány, ale stále špatně komunikované a veřejností praktikované. S výjimkou určitých geneticky podmíněných případů nebo některých onemocnění je obezita v naprosté většině případů důsledkem nevyváženého příjmu a výdeje energie. Nadbytečného, často nevyváženého příjmu potravy a nedostatečné fyzické aktivity jedince. Pozornost odborných i neodborných společností, ale i státních orgánů se tak musí zaměřovat především k prevenci a edukaci.

Vyhlášení dne boje proti dětské obezitě na konferenci ke školnímu stravování je logickým vyústěním přenesení daných snah do časného období života. Prostřednictvím školy k jednotlivci a dále do rodiny. S vývojem rozumových schopností se dítě postupně seznamuje se zákonitostmi a pravidly života lidské společnosti. Škola je místem, které předává teoretické i praktické informace. Školní jídelna by tak měla a může být místem praktické realizace, edukace a úpravy stravovacích návyků. Měla by školní dítě nejen nasytit, ale i dobře sestavenou skladbou stravy vhodně motivovat. Zásady vhodného jídelníčku školních dětí se již dlouhodobě řídí podle vyhlášky Ministerstva školství, jež respektuje výše uvedené skutečnosti. Nicméně stále je mnohé co zlepšovat, strava dětí musí být nejen dobře vyvážená, ale i chutná a upravená, aby motivovala k dalším příkladům. Je nutné si uvědomit, že čím později se fixuje obezita dítěte, tím vyšší je pravděpodobnost jejího přetrvávání dále do dospělosti a tím i dalších zdravotních obtíží jedince se zkrácením jeho života. Je proto nutné včasně podchytit dítě v rodině a ve škole. Je nutné zaměřit se nejen na výživu, ale i na ostatní životní styl člověka.

Den boje proti obezitě by měl být obsahovým i časovým symbolem akcí, které jsou nebo budou zaměřeny na zdravý životní styl dítěte.

Harmonogram akcí :

- 1) Vyhlášení Dne boje proti dětské obezitě - 25.5.2011 na Konferenci školního stravování v Pardubicích

Náplň :

- a) **výzva pro školní jídelny zapojit se pro rok 2012 ( poslední květnový týden)** do soutěže o nejlepší školní oběd s tím, že v uvedeném týdnu budou připravovat obědy, které odpovídají racionální výživě (s dostatkem zeleniny, výběrem netučných potravin, kvalitních bílkovin, a také ve správné technologické úpravě). Jídelny tak prokážou, že právě školní stravování je prokazatelně zásadním faktorem ovlivňujícím děti a mládež v postoji ke zdravému životnímu stylu. A to nejen každodenním podáváním vyvážené stravy, ale také výchovným působením, který naučí děti správnému stravování pro celý život. Bude vybráno jedno nejlepší jídlo, které bude společně s týdenním jídelníčkem zasláno ve formě menu k hodnocení. Komise vybere deset (dvacet) nejlepších jídelen z celé republiky, které se následně zúčastní praktické soutěže.
- b) výzva pro školy k zapojení do soutěže (škola a školní jídelna v jednotě akcí) v uvedeném týdnu proběhne na škole informace k dané akci, eventuelně školy provedou nějaký sportovní turnaj nebo jinou akci k podpoře fyzické aktivity dětí

- 2) Dne 31.5. 2011 proběhla tisková konference v Praze.  
Tisková konference proběhla ve spolupráci se společností Publicis.

**Plakát (symbol) vyhlášení Dne boje proti dětské obezitě** vytvořila p.Ing.Věříšová, CSc. – Společnost pro výživu

(uveřejněno v časopisu Výživa a potraviny č. 3/2011, Zpravodaj školního stravování)

- 3) Konference Dětská obezita v teorii a praxi - plánovaná na 25 a 26.11.2011  
Naváže programově na konferenci Školní stravování s tématy zaměřením na prevenci obezity .... Edukace, výživa, pohyb, různé, kulatý stůl

**Vyhlášení Dne boje proti dětské obezitě by mělo aktivovat školy, školní zařízení a postupně další instituce k jednotnému postupu pro navozování některých zásadních aspektů zdravého stylu do života našich dětí.**

MUDr.Tláskal, CSc., předseda Společnosti pro výživu

2011-06-01

Zapsala:

**Olga Johanidesová**

oddělení organizace školství

odbor školství, mládeže a sportu

tel.: +420 564 602 955

fax.: +420 564 602 429

e-mail: johanidesova.o@kr-vysocina.cz

Použito z podkladů celostátní konference školního stravování, Pardubice 24. – 26. 5. 2011.  
Slouží jako pracovní pomůcka pro zařízení školního stravování v kraji Vysočina.

