

Program dla szkół, czyli jak skutecznie budować



nawyki żywieniowe dzieci

Wraz z nowym rokiem szkolnym wystartował nowy program wspierający budowanie zdrowych postaw żywieniowych dzieci w szkołach. „Program dla szkół” to działanie, które połączyło dotychczasowe dwa unijne projekty „Owoce i warzywa w szkole” oraz „Mleko w szkole”.



Pomysł na stworzenie jednego, kompleksowego projektu został podyktowany dwoma względami. Pierwszy dotyczy wzmocnienia elementu edukacyjnego i promocyjnego poprzez pokazanie komplementarności diety polegającej na regularnym spożywaniu owoców, warzyw i mleka, a także produktów mlecznych. Drugi polega na ułatwieniu procesu zarówno przystępowania do Programu, jak i jego komunikacji, tak żeby realizacja działań była prowadzona w jednym, a nie dwóch komponentach.

Powstała w ten sposób jedna grupa docelowa, do której skierowany zostanie jednolity przekaz. W Programie mogą uczestniczyć uczniowie klas I–V w szkołach podstawowych. Według danych jest to 1,9 mln dzieci i dziś wiemy już, że umowy na I semestr zawarło ok. 88% szkół w Polsce (12 560 szkół w komponencie mlecznym i 12 298 szkół w komponencie owocowo-warzywnym). W praktyce oznacza to, że w nowym Programie produkty będzie otrzymywać ponad 1,8 mln dzieci, czyli 92% grupy docelowej. Ponieważ jest to pierwszy rok obowiązywania nowego Programu, poprzez działania informacyjne i wsparcie działań edukacyjnych należy zapewnić wartość dodaną i widoczność programu. Klucz do tego sukcesu tkwi jak zawsze w danych.

Jak wszyscy wiemy, zdrowe odżywianie dzieci to wciąż w Polsce problem. Z jednej strony borykamy się jeszcze z kwestią jakości i częstotliwości zapewniania zarówno przez szkoły, jak i rodziców regularnych i zdrowych posiłków, z drugiej mamy świadomość, jak bardzo dzieci są podatne na kolorowe reklamy i produkty spożywcze, które wabiąc wyrazistym smakiem, niestety przyzwyczajają dzieci do tych mniej zdrowych produktów.

Autorzy strategii krajowej „Programu dla szkół” za najważniejsze uznali następujące problemy:

- wzrost liczby dzieci i młodzieży w wieku szkolnym dotkniętych nadwagą i otyłością,
- wzrost zachorowań na choroby cywilizacyjne spowodowane nieodpowiednią dietą (brak kształtowanych w młodym wieku zdrowych nawyków żywieniowych),
- zbyt niska konsumpcja owoców i warzyw oraz mleka wśród dzieci objętych programem.

Jednocześnie z raportu NIK „Wdrażanie zasad zdrowego żywienia w szkołach publicznych”, który został zrealizowany na podstawie badań prowadzonych w latach 2015 i 2016 w wybranych placówkach oświatowych w 7 województwach, wynika, że:

- zwiększył się odsetek dzieci z zaburzeniami masy ciała (BMI) o 5% (do 22%),
- tylko 10% dzieci spożywa owoce i warzywa w szkole, 12,5% spożywa w szkole mleko, pozostałe zabierają produkty do domu,
- w szkołach prowadzona jest niewystarczająca liczba działań ukierunkowanych na wspólne spożywanie posiłków.

Dodatkowo, z badań prowadzonych przez Instytut Żywności i Żywienia w ubiegłych latach wynika, że żywienie dzieci pogarsza się wraz z ich pójściem do szkoły! Odpowiednio 34% / 30% dzieci nie jada pierwszego / drugiego śniadania:

- **ok. 30% dzieci** z obydwu grup nie jada codziennie śniadania przed wyjściem do szkoły,
- **ok. 20% dzieci** z obydwu grup jada kilka razy w tygodniu dania typu fast food,
- **ok. 13% dzieci** codziennie pije napoje gazowane,
- **ok. 34% dzieci** spożywa kilka razy w tygodniu słone przekąski,
- **ok. 22% dzieci** z grupy nieuczestniczącej i 34% z grupy uczestniczącej jada w szkole obiady.

Z roku na rok odsetek dzieci, które nie jadają pierwszego lub drugiego śniadania, maleje, wciąż jest grupa uczniów, która przychodzi do szkoły i z niej wychodzi na czczo.

Ten sam raport wskazuje, że wiedzę na temat zdrowego odżywiania dzieci czerpią najczęściej:

-  **ze szkoły (82%),**
-  **od rodziców (74%),**
-  **z książek (47%),**
-  **od lekarza (45%),**
-  **z radia i telewizji (29%),**
-  **z internetu (25%) i reklamy (22%).**

Co z tego wszystkiego wynika?

Główny wniosek jest taki, że są dwa obszary, w których należy prowadzić działania edukacyjne i informacyjne. Pierwszy z nich to szkoła – i tutaj nikt nie ma co do tego żadnych wątpliwości. Drugi to rodzice. Dlaczego właśnie rodzice? Ponieważ to dorośli są odpowiedzialni za to, kiedy i jak jedzą dzieci. To od nich dzieci przejmują nie tylko maniery, lecz także nawyki żywieniowe. Dzisiejsi młodzi rodzice, czyli osoby pomiędzy 30. a 40. rokiem życia (urodzone w latach 80. XX w.), w latach wczesnej młodości, czyli na początku lat 90., zachłysnęli się (jak większość ówczesnego społeczeństwa) zagranicznymi, kolorowymi produktami. Dopiero dziś, kiedy są ukształtowanymi ludźmi, rozumieją, że dieta i zdrowy styl życia nie są już wyborem, ale tak naprawdę koniecznością. Stąd wysyp siłowni, imprez biegowych, diet pudełkowych i blogów kulinarnych o zdrowej żywności. Młodzi rodzice zaczynają przenosić te zachowania na swoje dzieci, dzięki czemu ich pociechy częściej i chętniej sięgają po jabłko niż po batonik. Rodzice, jeśli im o tym w ciekawy sposób powiedzieć, interesują się tym tematem. Potwierdzeniem tego założenia może być fakt, że ubiegłoroczna kampania „Czy rodzice wszyscy wiedzą” dotycząca programu „Owoce i warzywa w szkole” zajęła czwartą pozycję w rankingu prozdrowotnych kampanii społecznych dzięki temu, że rodzice zaczęli szukać w internecie informacji o programie. „Ekipa Chrumasa”, czyli serial dedykowany zarówno dzieciom, jak i dorosłym, ma dziś w sumie ponad 3 miliony obejrzeń na portalu YouTube i codziennie ta liczba rośnie. Tym samym model komunikacji, w którym działania skierowane do szkół są spójne z projektami adresowanymi do rodziców, wydaje się optymalny, bo to te dwie grupy muszą mieć w pierwszej kolejności świadomość wagi problemu. Dlatego w ramach promocji „Programu dla szkół” planujemy wyprodukować drugi odcinek „Ekipy Chrumasa”, a wszystkie materiały stworzone w ramach katalogu działań edukacyjnych dedykowanych nauczycielom – przygotować w spójnej z serialem linii kreatywnej i graficznej.

Drugi wniosek jest taki, że w ramach działań edukacyjnych nie może również zabraknąć aktywności skierowanych do dzieci, że nie chodzi tutaj o przedsięwzięcia sportowe,

ale o działania skierowane na budowanie nawyków związanych ze wspólnym spożywaniem posiłków. Dzieci nie jedzą w szkole, ponieważ przerwa jest zbyt krótka, bo nie ma czasu na organizację drugich śniadań, bo część dzieci nie dostaje od rodziców kanapki do szkoły, przez co może czuć się biedniejsza, gorsza od tych, które mają zamożniejszych rodziców. Dlatego organizacja wspólnych posiłków jest dziś tak ważna. Uczy to systematyczności, ale także empatii względem innych uczniów. Wspólne posiłki sprawiają, że przynoszone z domu drugie śniadanie, a także rozdawane w ramach „Programu dla szkół” produkty są rzeczywiście zjadane od razu, a nie zabierane do domu. Tylko 10% uczniów zjada je w szkole, co zatem dzieje się z resztą? Wspólne śniadania, ogólnodostępne lodówki, budowanie np. szklarni i zachęcenie dzieci do dbania o rosnące tam owoce i warzywa to właśnie projekty, które mogą realnie przyczynić się do kształtowania zdrowych nawyków żywieniowych i zwiększyć udział owoców, warzyw i produktów mlecznych w codziennej diecie dzieci.

Jak zatem przygotować skuteczną kampanię budującą nawyki żywieniowe dzieci? W niniejszym artykule przytoczyliśmy kilka badań i spostrzeżeń, które stanowią bazę do planowania działań. Dotyczy to zarówno prac na etapie formułowania głównego przekazu kampanii, np. wspólne drugie śniadanie, jak i doboru kanałów dotarcia do wybranej grupy docelowej: jeśli dzieci – to działania w szkole, jeśli dorośli i dzieci – to internet. Dzięki takiemu podejściu kampania ma szansę na powodzenie i na to, że zostanie zapamiętana i przełożona na prawidłowe wybory dzieci i zachowania nauczycieli oraz rodziców. Drugi ważny obszar to kreatywność, ale nie rozumiana jako tworzenie nowych projektów, których jeszcze nie było, ale skupienie się na przełożeniu przyjętych celów na działania, które przyczynią się do ich realizacji. Jeśli problemem w szkołach jest to, że dzieci nie spożywają wspólnie posiłków, a to, co przynoszą lub dostają na przerwach, bardzo często wynoszą ze szkoły, trzeba przygotować działania, które będą polegać na integracji dzieci poprzez np. wspólny posiłek, zaczynając od wspólnego mycia rąk i na wspólnym sprzątnięciu kończąc. Mogą to być inne zadania z tym związane, w realizacji których będą pomagać im ich nauczyciele i oczywiście rodzice. Obecnie jesteśmy na etapie przygotowania pakietu działań edukacyjnych i informacyjnych w ramach komunikacji „Programu dla szkół”. Mamy zdiagnozowane cele, obszary, w których chcemy się poruszać, i w kolejnym numerze Biuletynu przedstawimy Państwu naszą strategię, nasz pomysł na trwałe budowanie zdrowych nawyków żywieniowych dzieci.

Pawet Kocon
Zastępca Dyrektora
Departamentu Rozwoju
Rynku KOWR

