



Prezydent Miasta Lublin



Załącznik nr 4 do zarządzenia nr 35/2/2022 Prezydenta Miasta Lublin z dnia 8 lutego 2022 r. w sprawie powołania komisji konkursowej w celu przeprowadzenia konkursu ofert na realizację programu polityki zdrowotnej na lata 2022-2024 w zakresie zdrowego odżywiania dla dzieci klas I-III szkół podstawowych w Lublinie „Jedz z głową” oraz ustalenia regulaminu jej pracy i szczegółowych warunków konkursu ofert

Wyciąg z programu polityki zdrowotnej na lata 2022-2024 w zakresie zdrowego odżywiania dla dzieci klas I-III szkół podstawowych w Lublinie „Jedz z głową”

Poniższy wyciąg zawiera podstawowe oraz najważniejsze informacje dotyczące programu polityki zdrowotnej na lata 2022-2024 w zakresie zdrowego odżywiania dla dzieci klas I-III szkół podstawowych w Lublinie „Jedz z głową”.

Pełna treść programu wraz z Uchwałą nr 1046/XXXIII/2021 Rady Miasta Lublin z dnia 18 listopada 2021 r. w sprawie przyjęcia programu polityki zdrowotnej na lata 2022-2024 w zakresie zdrowego odżywiania dla dzieci klas I-III szkół podstawowych w Lublinie „Jedz z głową” znajduje się pod adresem https://bip.lublin.eu/download/gfx/bip/userfiles/_public/import/rada_miasta_lublin/uchwaly/viii_kadencja/33_sesja_18-11-2021/1046_XXXIII_2021.pdf

I. Cele programu

1. Cel główny:

Zmniejszenie wskaźnika BMI o co najmniej 2 punkty w czasie trwania programu u 25% dzieci uczęszczających do klas I-III szkół podstawowych w Lublinie, w latach 2022-2024, dzięki poprawie stanu odżywiania.

2. Cele szczegółowe

- diagnoza potrzeb zdrowotnych badanej populacji dzieci uczęszczających do klas I szkół podstawowych na terenie Lublina na podstawie wyników pomiarów antropometrycznych w latach 2022-2024;
- zwiększenie wiedzy w zakresie zdrowego odżywiania w latach 2022-2024 u co najmniej 30%:
 - a) uczniów klas I-III szkół podstawowych,
 - b) rodziców/opiekunów,
 - c) nauczycieli;
- zwiększenie wiedzy u co najmniej 75% pracowników przygotowujących posiłki dla uczniów w latach 2022-2024;

II. Adresaci programu

Odbiorcami programu będą uczniowie klas I - III lubelskich szkół podstawowych. Będzie to grupa uczniów klas I, która rozpocznie naukę w roku szkolnym 2022/2023. Działania programu kontynuowane będą w stosunku do tej grupy uczniów w latach następnych do grudnia 2024 r.

Zakłada się, że w programie weźmie udział około: 2000 uczniów, 1000 rodziców oraz 111 nauczycieli/wychowawców.



Działania edukacyjne będą adresowane do dzieci od klas I do III szkoły podstawowej oraz ich rodziców/opiekunów, a także kadry pedagogicznej i pracowników stołówek.

III. Organizacja programu polityki zdrowotnej

W ramach programu będzie przeprowadzona przez realizatora programu obligatoryjnie:

1. akcja informacyjna;
2. rekrutacja uczestników;
3. badania masy ciała i wzrostu uczniów oraz BMI,
4. działania edukacyjne dla poszczególnych grup adresatów objętych programem;
5. przeprowadzenie konkursów promujących zdrowe odżywianie
6. monitoring działań w ramach programu:
 - pomiar BMI w klasie I u dzieci na początku programu i w klasie III na zakończenie programu;
 - wypełnienie ankiet ewaluacyjnych przez rodziców dzieci w klasie I i III na zakończenie programu;
 - okresowe sprawozdania realizatora do Wydziału Zdrowia i Profilaktyki Urzędu Miasta Lublin.

IV. Koszty realizacji programu polityki zdrowotnej

Koszt całkowity realizacji programu jest zależny od wyceny przedstawionej przez oferentów w procedurze konkursowej.

W poszczególnych latach Gmina Lublin przeznaczy na realizację programu:

- w 2022r. - **195 250,00 zł**
- w 2023 r. - **209 250,00 zł**
- w 2024 r. - **203 750,00 zł**

Koszt całkowity realizacji programu w latach 2022-2024 zł wyniesie: **608 250,00 zł**.

Na całkowity roczny budżet projektu składają się niżej wymienione pozycje kosztowo-organizacyjne.

Rodzaj kosztów	2022 r.	2023 r.	2024 r.
	Kwota	Kwota	Kwota
pomiary antropometryczne	20 000,00 zł	0	20 000,00 zł
koszty działań edukacyjnych dla uczniów, rodziców, nauczycieli, pracowników stołówek szkolnych i osób przygotowujących posiłki, agentów sklepików szkolnych oraz dyrektorów szkół	107 750,00 zł	157 750,00 zł	127 750,00 zł
Koszty konkursów	1 500,00 zł	1 500,00 zł	6 000,00 zł
Koszty kampanii informacyjno-promocyjnej	16 000,00 zł	0	0
koszty organizacyjne i ogólne	50 000,00 zł	50 000,00 zł	50 000,00 zł
Razem	195 250,00 zł	209 250,00 zł	203 750,00 zł

Tabela: Planowany budżet programu



B) Ankieta ewaluacyjna dla rodziców

1. Płeć dziecka
 - chłopiec
 - dziewczynka

2. Czy u kogokolwiek w domu występuje zjawisko nadwagi lub otyłości?
 - tak
 - nie (przejdź do pyt.4)
 - nie umiem określić (przejdź do pyt.4)

2a.U którego z domowników występuje nadwaga lub otyłość?(możliwość wielokrotnego wyboru)

 - mama
 - tata
 - dziecko
 - dzieci (ile?.....)
 - inna/e osoba/y (kto?.....)

3. Czy w domu stosowana jest jedna z następujących diet?
 - Wegetariańska
 - wegańska
 - inna (jaka?.....)
 - nie stosuje żadnej diety

4. Które z podanych poniżej posiłków spożywa Pani/a dziecko w ciągu dnia? (możliwość wielokrotnego wyboru)
 - śniadanie
 - II śniadanie
 - obiad
 - podwieczorek
 - kolacja

5. Czy dziecko pomiędzy posiłkami spożywa przekąski?
 - tak
 - nie (przejdź do pyt 6)
 - nie wiem (przejdź do pytania 6)



5a. Jakie najczęściej przekąski spożywa Pani/a dziecko? (max.3)

.....

.....

.....

6. Jak często produkty wymienione poniżej spożywane są przez Pani/a dziecko?

	5-6 razy w ciągu dnia	3-4 razy w ciągu dnia	1-2 razy w ciągu dnia	3-4 razy w tygodniu	1-2 razy w tygodniu	Kilka razy w miesiącu	wcale
Pieczywo							
Ryż, kasze, makarony							
Warzywa							
Owoce							
Nabiał							
Mięso, wędliny							
Ryby							
Jaja							
Orzechy i nasiona							
Przekąski słodkie							
Przekąski słone							
Jedzenie typu fast-food							
Tłuszcze (masło, margaryna, olej)							

7. Jakiego typu napoje spożywa Pani/a dziecko najczęściej? (wybierz maksymalnie 3 odpowiedzi)

- woda (niegazowana)
- napoje gazowane (oranżada, cola)
- napoje niegazowane (wody smakowe, nektary, herbaty smakowe)
- soki owocowe
- soki warzywne
- mleko
- napoje mleczne (jogurty, maślanki, kakao)
- herbata
- inne (jakie?.....)

**C) Test wiedzy (rodzice)**

Zaznacz jedną poprawną odpowiedź:

	Treść stwierdzenia	TAK	NIE	NIE WIEM
1.	Czy produkty zbożowe tzn. pieczywo, makaron, ryż, kasza, wystarczy spożywać raz dziennie.			
2.	Czy owoce i/lub warzywa powinny być spożywane w każdym posiłku.			
3.	Czy duże spożycie soli chroni przed nadciśnieniem tętniczym.			
4.	Czy ograniczenie potraw tłustych w diecie pomaga zapobiegać chorobom układu krążenia.			
5.	Czy olej i oliwa zawierają dużo cholesterolu.			
6.	Czy pieczywo ciemne/razowe zawiera większą ilość błonnika niż pieczywo jasne.			
7.	Czy ser żółty jest lepszym źródłem wapnia niż ser biały/twarogowy.			
8.	Czy w podrobach występują znaczne ilości cholesterolu.			
9.	Białko powinno być głównym źródłem energii w prawidłowej diecie.			
10.	Woda służy do gaszenia pragnienia			

**D) Test wiedzy (pracownicy stołówek szkolnych)**

	Treść stwierdzenia	Prawda	Falsz	Trudno powiedzieć
1.	Produkty zbożowe wystarczy spożywać raz dziennie			
2.	Tylko dzieci i młodzież powinny spożywać mleko			
3.	Owoce i/lub warzywa powinny być spożywane w każdym posiłku			
4.	Duże spożycie soli chroni przed nadciśnieniem tętniczym			
5.	Ograniczenie potraw tłustych w diecie pomaga zapobiegać chorobom układu krążenia			
6.	Częste spożywanie tłustych ryb morskich przyspiesza rozwój miażdżycy			
7.	Spożywanie grillowanego mięsa sprzyja zachorowaniu na nowotwory			
8.	Biojogurty zawierają pożyteczne bakterie jelitowe			
9.	Olej i oliwa zawierają dużo cholesterolu			
10.	Pieczywo razowe zawiera większą ilość błonnika niż pieczywo jasne			
11.	Owoce i warzywa są źródłem „pustych kalorii”			
12.	Masło i wzbogacane margaryny charakteryzują się dużą zawartością witamin A i D			
13.	Ser żółty jest lepszym źródłem wapnia niż ser twarogowy			
14.	W podrobach występują znaczne ilości cholesterolu			
15.	Węglowodany złożone należy w diecie zastępować cukrami prostymi			
16.	Białko powinno być głównym źródłem energii w prawidłowej diecie			
17.	Przebywanie na słońcu sprzyja wytwarzaniu witaminy D w organizmie			
18.	Spożywanie owoców obfitujących w witaminę C zwiększa przyswajalność żelaza			
19.	Rozpoczęcie gotowania warzyw w zimnej wodzie sprzyja zachowaniu ich wartości odżywczej			