**Rozběhl se již 2. ročník projektu „Prevence a včasný záchyt dětské obezity“
na základních školách**

Začátek formuláře

Konec formuláře

VmMÍÁ

**Máme tu čest oznámit, že nám počátkem listopadu odstartoval již druhý ročník projektu „Prevence a včasný záchyt dětské obezity“, který realizuje Centrum prevence o.s., podporuje Poradenské centrum Výživa dětí a financuje Ministerstvo zdravotnictví České republiky.**



Pilotní fáze projektu v loňském školním roce byla velice úspěšná, proto se nám podařilo znovu ve spolupráci s Ministerstvem zdravotnictví projekt zopakovat, tentokrát pro děti na ZŠ na území MČ P10. O loňském ročníku a jeho výsledcích se můžete dočíst [zde](http://www.centrumprevence.cz/1693).

V rámci tohoto projektu probíhá roadshow ve vybraných základních školách v Praze, kde hravou a zábavnou formou informujeme a zároveň vzděláváme děti o obezitě, jejích rizicích, o důležitosti dodržování správného životního stylu (trávení volného času aktivním pohybem, dodržování správného stravování a výběru vhodného a zdravého jídelníčku). Součástí projektu je měření přístrojem InBody a dotazníkový průzkum k tématu dodržování správného životního stylu u dětí na 2 stupni ZŠ.

**Cíle projektu**

Cílem projektu je oslovit (edukovat) tímto způsobem celkem 3000 žáků prvního i druhého stupně základních škol, zároveň i rodiče dětí a pedagogy. Upozornit na problematiku dětské obezity, zvýšit informovanost zejména v oblasti prevence obezity a seznámit s možným řešením dětské obezity. Z čehož 1 800 žáků bude účastněno přímo edukativních odborných přednášek s našimi odborníky na pohyb a výživu. U zbytku dětí – celkem u 1 200 bude edukace formou distribuce edukativní brožurky – „Správná životospráva školáka“. Cílem je i zjištění tělesných parametrů celkem u 600 dětí, poskytujících data o stavu žáků základních škol a přinést aktuální reálná čísla o stavu obezity či náchylnosti k ní mezi nimi.

**Pilíře projektu**

* **Průzkum na školách:**

Děti budou vyplňovat „zdravý dotazník“ za účelem zmapování situace týkající se životního stylu dětí. Informace budou vyhodnoceny a dále prezentovány.

* **Edukace dětí – přednášky:**

Odborník na výživu dětí seznámí žáky s problematikou obezity, poskytne jim rady na zdravé svačiny a výživová doporučení. Odborník na pohyb bude děti informovat o důležitosti trávení volného času aktivním pohybem, dá jim tipy na volnočasové aktivity a doporučí správný pohyb.

* **Měření dětí přístrojem InBody230:**

Přístroj dětem poví složení těla (obsah vody, tuku a svalové hmoty, tělesné propozice aj.), diagnostikuje případnou obezitu (BMI, procento tuku v těle, poměr pasu a boků) a vytvoří růstový diagram (srovnání výšky a váhy s vrstevníky).



Měření bude probíhat naprosto diskrétně. Bude trvat 30 sekund a po měření dostane dítě do ruky unikátní číselný kód a heslo, se kterým se následně doma v soukromí spolu se svými rodiči přihlásí do webové aplikace Centra prevence, kde se dozví výsledky měření, více informací a naleznou odkazy na odborníky z řad sdružení Výživy dětí o.s. pro případnou následnou individuální konzultaci.

Výsledky mohou rodiče získat na odkazu  [www.centrumprevence.cz/mereni](http://www.centrumprevence.cz/mereni)

**Distribuce edukačních materiálů:**

Na konci akce dostanou děti nejen edukativní brožurku „Správná životospráva školáka“, určenou nejen žákům, ale i jejich rodičům, ale také „zdravý dárek“ ve formě jedné denní svačiny.