

Anna Słobodzian

***** 03.01.2022 r.

ul. *****

**_* **

e-mail: *****@*****.*****

Ministerstwo Edukacji i Nauki
ul. Wspólna 1/3
00-529 Warszawa

Szanowni Państwo,

wnoszę o rozważenie wprowadzenia przedmiotu wiedza o żywieniu i żywności w klasach 6-8, w wymiarze minimum 2 godzin lekcyjnych w miesiącu.

W kształtowaniu zdrowych nawyków żywieniowych u dzieci i młodzieży niezbędne jest przekazywanie aktualnej wiedzy dotyczącej racjonalnego żywienia oraz właściwości produktów i surowców żywnościowych, którą rzadko posiadają rodzice i dziadkowie. Za ten stan częściowo odpowiada ogromna różnorodność dostępnych produktów spożywczych oraz wprowadzanie nowych składników w produkcji żywności.

Niepokojącym zjawiskiem jest wzrost odsetka dzieci z nadwagą i otyłością w Polsce, z jakim mamy do czynienia w XXI wieku. Otyłość jest najczęściej występującą chorobą przewlekłą wśród polskich dzieci. Zdaniem ekspertów wynika to z braku zachowań prozdrowotnych oraz niezdrowego stylu życia. Wzrósł również odsetek dzieci z innymi chorobami przewlekłymi, w tym alergiami, chorobami układu krążenia oraz niealkoholowym stłuszczeniem wątroby.

Dlatego tak ważną inwestycją w zdrowe społeczeństwo jest edukowanie młodych pokoleń. Nawet, jeśli będą to tylko 2 godziny w miesiącu. Mają Państwo możliwość przyczynić się do spadku zachorowań na choroby cywilizacyjne, ograniczyć występowanie otyłości wśród dzieci i młodzieży oraz związanych z nią schorzeń, a także zmniejszyć koszty ich leczenia oraz wykluczenie społeczne chorych dzieci i młodzieży.

Plaga chorób nowotworowych spowodowała, że dzieci częściej niż kiedyś mają kontakt z chorymi onkologicznymi. Aby lepiej zrozumieli podłoże chorób onkologicznych, nauczyciele powinni informować o szkodliwości poszczególnych składników spożywczych oraz używek. W ten sposób bezpośrednio promują zdrowe nawyki żywieniowe wśród dzieci i młodzieży, natomiast pośrednio w ich rodzinach.

Wprowadzenie w szkołach podstawowych przedmiotu wiedza o żywieniu i żywności prowadzonego przez wykwalifikowanych dietetyków lub technologów żywności i żywienia pozwoli zrozumieć dzieciom wpływ diety na prawidłowy rozwój człowieka, występowanie otyłości oraz innych chorób dietozależnych (więcej o chorobach dietozależnych: <https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/filary-zdrowia-ruch-i-zdrowe-odzywianie>).

Młodzi ludzie na lekcjach poznają wpływ restrykcyjnych diet na funkcjonowanie organizmu, szczególnie w okresie dojrzewania oraz ryzyka związane ze spożywaniem dużej ilości napojów słodzonych. Konieczne jest obalenie przez nauczycieli mitów dotyczących zdrowej żywności, suplementów diety, diet odchudzających i niebezpiecznych wyzwań z wykorzystaniem środków spożywczych, stale pojawiających się w internecie.

Przydatne będą również podstawowe informacje o rodzajach opakowań przeznaczonych do kontaktu z żywnością. Wskazanie najbardziej bezpiecznych z dostępnych na rynku. Poznanie wpływu wybranej metody obróbki termicznej żywności na utratę witamin i minerałów. Ponadto na lekcjach młodzi ludzie powinni dowiedzieć się jak niebezpieczne reakcje w ich organizmie może wywołać alkohol i narkotyki oraz ich połączenie. Jestem pewna, że nie tylko w tym obszarze uczniowie będą mieli wiele pytań do nauczycieli.

Kolejnym celem jest promowanie zdrowej, polskiej żywności w nowoczesnym wydaniu. Prezentowanie zdjęć atrakcyjnych wizualnie dań typu slow food versus fast food. Zachęcanie do samodzielnego przygotowywania prostych potraw, w tym zdrowszych wersji dań typu fast food.

Uzupełnieniem lekcji dotyczących żywności i żywienia będzie otrzymanie bezpłatnego podręcznika do nauki przedmiotu. Dzieci część zadań domowych dotyczących zdrowych nawyków żywieniowych będą rozwiązywać z pomocą członków rodziny, przekazując im w ten sposób informacje o zdrowej żywności i racjonalnym żywieniu.

Mam nadzieję, że podzielają Państwo troskę o zdrowie polskich dzieci i młodzieży oraz ich rodzin, tym samym wprowadzą do podstawy programowej przedmiot wiedza o żywieniu i żywności.

Wyrażam zgodę na umieszczenie niniejszej petycji na stronie internetowej Ministerstwa Edukacji i Nauki oraz podanie mojego imienia i nazwiska.

Z poważaniem,
Anna Słobodzian