



Οι αριθμοί και η εκστρατεία



5

συνεχή σχολικά έτη υλοποιείται πανελλαδικά το πρόγραμμα «Διατροφή» από το Ινστιτούτο Προληπτικής, Περιβαλλοντικής και Εργασιακής Ιατρικής Prolepsis. Σε αυτό συμμετέχουν δημόσια σχολεία ευπαθών περιοχών της χώρας, με κύρια δωρεά του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος και την υποστήριξη ιδιωτών, ιδρυμάτων και εταιρειών.



11,5

εκατομύρια γεύματα έχουν διανεμηθεί, μέσω του προγράμματος, που τελεί υπό την αιγίδα του υπουργείου Παιδείας, σε 480 σχολεία από το 2012.



80.000

μαθητές έχουν επωφεληθεί από τα γεύματα αυτά.



172

σχολεία με 13.675 μαθητές σε ευπαθείς περιοχές ανά την επικράτεια (Αττική, Θεσσαλονίκη, Ημαθία, Θράκη και Στερεά Ελλάδα) καλύπτει τη φετινή σχολική χρονιά το πρόγραμμα.



2.070

τουλάχιστον οι απίσει συμμετοχής που έχουν υποβληθεί από διευθυντές σχολείων για το τρέχον έτος. Έχουν ξεπεράσει κάθε προηγούμενο! Ο αριθμός αυτός αντιστοιχεί στο 16% των δημόσιων σχολείων και αναλογεί σε περισσότερους από 260.000 μαθητές.

Για αυτούς τους λόγους, το Prolepsis έχει αρχίσει και την εκστρατεία «Υιοθέτησε ένα Σχολείο».

Μάθημα ανθρωπιάς και υγιεινής διατροφής

Με το πρόγραμμα «Διατροφή» που υλοποιείται πανελλαδικά από το Ινστιτούτο Προληπτικής, Περιβαλλοντικής και Εργασιακής Ιατρικής Prolepsis καλύπτονται οι ανάγκες σίτισης πολλών μαθητών και μπαίνει φρένο στις επιλογές που οδηγούν στην παιδική παχυσαρκία

ΤΗΣ ΜΑΡΘΑΣ ΚΑΪΤΑΝΙΔΗ

Το κουδούνι χτυπάει. Η ώρα του δεκατιανού έφτασε. Οι μαθητές του σχολείου κάθονται στα θρανία τους και το φαγητό σερβίρεται. Γάλα, γιαούρτι με μέλι, πίτες, σάντουιτς με ημίκληρο κασέρι ή κοτόπουλο, σαλάτα, φρούτα. Το μάθημα της απόλαυσης και υγιεινής διατροφής κρατά 10 λεπτά και έπειτα οι μαθητές ανοίγουν τα βιβλία.

Αυτή είναι η καθημερινότητα των μαθητών του Δημοτικού Σχολείου Κουλούρας στην Ημαθία. Εκεί τα τελευταία τρία και πλέον χρόνια τα παιδιά στρώνουν καθημερινά τραπέζι στο θρανίο τους, συμμετέχοντας στο

πρόγραμμα «Διατροφή» που υλοποιείται πανελλαδικά από το Ινστιτούτο Προληπτικής, Περιβαλλοντικής και Εργασιακής Ιατρικής Prolepsis. «Οι αυξημένες επισιτιστικές ανάγκες μεγάλου αριθμού μαθητών του σχολείου μας μάς οδήγησαν από πολύ νωρίς - στις αρχές της κρίσης - στην αναζήτηση τρόπων που θα απαλύνουν την ένταση αυτού του προβλήματος» δηλώνει στα «NEA» ο διευθυντής του σχολείου Δημήτρης Κατσαβός. Σε αυτό, το 45% του μαθητικού πληθυσμού είναι παιδιά Ρομά ενώ περισσότεροι από ένας στους δέκα μαθητές είναι αλβανικής καταγωγής σε μια περιοχή όπου, σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία, η ανεργία αγγίζει το 25%, με το ίδιο ποσοστό να αυξάνεται

στο 35%, κατά τις εκτιμήσεις των τοπικών παραγόντων.

Ο Δημήτρης Κατσαβός μιλά για τη δουλειά του, το σχολείο και τους μαθητές με ιδιαίτερο πάθος. Λίγο αργότερα έρχεται η εξήγηση: «Φοίτησα και εγώ στο Δημοτικό Σχολείο Κουλούρας. Είμαι αφιερωμένος σε αυτό».

Ετσι, όταν το 2011 ανέλαβε τα καθήκοντά του, έβαλε στόχο να αντιμετωπίσει το πρόβλημα της ανεπαρκούς σίτισης που αντιμετώπιζε η πλειονότητα των παιδιών στο σχολείο.

«Τελικά, με τη μεσολάβηση της Διευθύνσης Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης, το πρόγραμμα του Ινστιτούτου Prolepsis με την οικονομική υποστήριξη του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος ήρθε στο σχολείο μας. Και από τότε είμαστε αχώριστοι» δηλώνει ο Δημήτρης Κατσαβός.

Ο ίδιος διευκρινίζει ότι όλοι οι μαθητές έχουν αγκαλιάσει το πρόγραμμα ενώ παράλληλα μαθαίνουν να τρώνε υγιεινά. «Αποτέλεσε από την αρχή ζητούμενο για εμάς να μη δημιουργηθεί ανισότητα στον σχολικό χώρο. Εάν συμμετείχαν μόνο τα παιδιά που είχαν ανάγκη το συσσίτιο, τότε η στοχοποίησή τους θα ήταν αναπόφευκτη». Αυτός είναι άλλωστε και ο διττός σκοπός του προγράμματος: αφενός να προσφέρει σε καθημερινή βάση ένα ισορροπημένο γεύμα σε παιδιά οικογενειών που αντιμετωπίζουν επισιτιστική ανασφάλεια και αφετέρου να βάλει φρένο μέσω της διατροφικής διαπαιδαγώγησης στις λανθασμένες επιλογές που οδηγούν μοιραία στην παχυσαρκία.

ΟΙ ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ. Στο Δημοτικό Σχολείο Κουλούρας, όμως, οι μαθητές με τους δασκάλους έκαναν (όχι ένα) αλλά πολλά βήματα παραπέρα, καθώς το πρόγραμμα «Διατροφή» αποτέλεσε μοχλό έμπνευσης για μια σειρά δράσεων.

Τα παραδείγματα είναι πολλά: όταν τον Απρίλιο του 2013 επισκέφθηκαν το σχολείο οι άνθρωποι του Ινστιτούτου Prolepsis - μεταξύ των οποίων η υπεύθυνη του προγράμματος Αφροδίτη Βελουδάκη - και ο σεφ Δημήτρης Καζής μαγείρεψε για τα παιδιά και τους γονείς τους σαλάτα πλιγούρι με

φασόλια, οι μαθητές τούς αφιέρωσαν με μια ευχάριστη έκπληξη. Τα παιδιά της Στ' Τάξης υπό την καθοδήγηση της εκπαιδευτικού Σοφίας Παυλίδου έπαιξαν ένα σκετσάκι, τραγούδησαν με λόγια και στίχους που γράφτηκαν από τα ίδια και τη δασκάλα τους και στόχο είχαν την ανάδειξη των αξιών που προεβεί το πρόγραμμα σίτισης και προώθησης υγιεινής διατροφής. «Φροντίδα, αγάπη, ανθρωπιά, στήριξη, ανάπτυξη και υγεία των παιδιών (σωματική και ψυχική)» σημειώνει ο Δημήτρης Κατσαβός. Περίπου έναν χρόνο μετά, οι μαθητές αποφάσισαν να δημιουργήσουν το δικό τους «πρόγραμμα σίτισης». Σχεδίασαν λοιπόν το πλάνο τους βήμα βήμα, συγκέντρωσαν τα υλικά τους (φρούτα, καρπούς), φρόντισαν να τηρούν τις προδιαγραφές της σωστής και ακίνδυνης τροφής (δηλαδή καρπούς χωρίς αλάτι), δημιούργησαν ελκυστικές συνθέσεις (διότι στο φαγητό δεν φτάνει μόνο η γεύση αλλά και το σερβίρισμα) και κάπως έτσι τα σπουργίτια και τα αγριοπερίστερα είχαν το δικό τους καθημερινό συσσίτιο όλο τον χειμώνα. Πέρυσι, πάλι, οι μαθητές της Ε' και της Στ' Τάξης του Δημοτικού με τη διακριτική υποστήριξη των ανθρώπων του Prolepsis και των εκπαιδευτικών συμμετείχαν στον Διεθνή Διαγωνισμό Αφίσας με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής που διοργανώνεται από τον Οργανισμό Τροφίμων και Γεωργίας (FAD) των Ηνωμένων Εθνών.

«Παράλληλα το πρόγραμμα «Διατροφή» αποτέλεσε μέσο για την προώθηση της υγιεινής διατροφής αλλά και εργαλείο για την προώθηση της παράδοσης και του πολιτισμού. Για παράδειγμα, μας επισκέφθηκαν γιαγιάδες από την περιοχή και μας δίδαξαν πώς να φτιάχνουμε γιαούρτι αλλά και παραδοσιακά γλυκά με βασικό συστατικό τα φρούτα» τονίζει ο διευθυντής του σχολείου Κουλούρας.

Ο ίδιος συμπληρώνει: «Ενα σχολείο με το δικό μας μαθητικό δυναμικό οφείλει να έχει άλλη στοχοθεσία. Πρέπει να τολμάμε να κάνουμε πράγματα έξω από τους τυπικούς στόχους, ώστε να προσαρμοζόμαστε στις ανάγκες των παιδιών».