

## Prvý ročník programu Viem, čo zjem: O účasť v projekte prejavili školy mimoriadny záujem

Do programu *Viem, čo zjem* školy prihlásili celkom 9 253 svojich žiakov v cieľovej skupine 9-12 rokov, na ktoré je projekt zameraný. Program *Viem, čo zjem* je súčasťou globálneho programu spoločnosti Nestlé, ktorý pod rôznymi názvami od roku 2009 realizovala už v 84 krajinách sveta. Na Slovensku sa projekt v školskom roku 2016/2017 realizoval po prvý krát.

Súčasťou programu boli osvetové prednášky z oblasti prevencie nesprávneho stravovania, ktoré na školách realizovali odborní pracovníci Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR), ktorý je odborným garantom projektu.

„Dobre nutrične vyvážená výživa je pre deti v sledovanej cieľovej skupine veľmi dôležitá, pretože správne stravovanie ovplyvňuje neskôr stravovanie aj v dospelosti. Preto je dôležité deti podchytiť už v tomto veku. Radi by sme im podali pomocnú ruku a vhodnou osvetou im pomohli správne sa v problematike zorientovať,“ povedal Mgr., PhD. Róbert Ochaba, PhD., MPH, vedúci odboru podpory zdravia ÚVZ SR.

Školy sa okrem prednášok súbežne zapájali aj do pestrých sprievodných aktivít. Pre školy boli pripravené rôzne súťaže, za ktoré môžu žiaci získať pre seba, ale aj školu atraktívne ceny.

- V rámci prvej súťaže „[Môj zdravý tanier](#)“ zapojené triedy nakreslili až 4 015 farebných, nápaditých a často aj humorných kresieb, z nich bolo vybraných 10 výhercov.
- V druhej súťaži „[Môj zdravý recept](#)“ bolo úlohou žiakov vymyslieť vlastný zdravý recept, pripraviť ho a ešte ho aj pekne odfotiť. S na prvý pohľad náročnou úlohou sa vysporiadalo až 166 tried, ktoré pripravili naozaj zaujímavé, chutné a dokonca aj hravé a pekne vizuálne spracované recepty.
- V tretej súťaži „[Na veľkú prestávku do mliečneho baru](#)“ žiaci spojili svoje sily a v triedach si zorganizovali vlastné mliečne bary, v ktorých si spoločne pripravovali rôzne chutné koktaily.

Cieľom súťaží bolo hravou formou upútať pozornosť žiakov na problematiku zdravej výživy, aby ju v praktickom živote nevníмали ako formalitu, ale nevyhnutnosť. Po sčítaní bodov získaných v jednotlivých súťažiach sa [vítaznou školou počas prvého ročníka](#) projektu stala ZŠ Malokarpatské námestie 1 v Bratislave.

Program *Viem, čo zjem* sa realizoval s odporúčaním Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR. Viac informácií o projekte je dostupných na webovej stránke [www.viemcozjem.sk](http://www.viemcozjem.sk)