

Przedszkole Samorządowe nr 26 z certyfikatem promocji zdrowia



To była całkowita zmiana kuchni – jak mówi dyrektorka przedszkola, Beata Nowak, wręcz rewolucja żywieniowa. — Zupełnie nowy sposób gotowania – więcej warzyw i ziół, bez glutenu, bez zagęszczaczy, bez tłuszczu i smażenia. Kupiliśmy w tym celu m.in. piec konwekcyjny, by zdrowiej gotować. Nawet sami przygotowujemy jogurt. **To zupełnie nowy, bardziej zdrowy sposób gotowania, który już z nami został – podkreśla dyrektorka.**

Żywieniowa rewolucja w Przedszkolu Samorządowym nr 26 rozpoczęła się trzy lata temu. Zmienił się nie tylko sposób żywienia przedszkolaków. Placówka organizuje także międzyprzedszkolny konkurs na najlepszego Masterchefa, a przedszkolaki same gotują i przygotowują zdrowe posiłki. Konkurs z roku na rok cieszy się coraz większą popularnością.

To również **zdrowe urodzinki**. Rodzice sami przygotowują zdrowe zamienniki słodkich tortów i cukierków – jest więcej owoców, naturalne słodziki i więcej odżywczych składników. — Rodzice bardzo sobie to chwalą i świetnie się w tym odnaleźli – chwali **Beata Nowak**.

W ramach programu przedszkolaki więcej przebywają na powietrzu i korzystają w ogrodzie z zajęć ruchowych. Przedszkole współpracuje także z ratownikami medycznymi czy policją, strażakami i piotrkowskim sanepidem, który... teraz może już spać spokojnie.

Prozdrowotne działania PS nr 26 zaowocowały przyznaniem certyfikatu „Przedszkole Promujące Zdrowie”. Certyfikat i tablicę okazjonalną wręczył łódzki wicekurator, Jarosław Krajewski. Udział w uroczystości wzięli także starszy wizytator Agnieszka Szczech, która

z ramienia Kuratorium Oświaty w Łodzi współpracuje z koordynatorem wojewódzkim i koordynatorami rejonowymi Regionalnych Sieci Przedszkoli i Szkół Promujących Zdrowie. Wśród zaproszonych gości była także Katarzyna Pabich - Gaj, wiceprezydent Piotrkowa, Aldona Bąk - koordynator rejonowy Piotrkowskiej Regionalnej Sieci Przedszkoli i Szkół Promujących Zdrowie z CREWŁ oraz Wiesława Kubicka - członek zespołu ds. promocji zdrowia. Obecny był także Witold Stawski, który nadzorował przystąpienie do programu i przyznanie certyfikatu.

Program „Przedszkole Promujące Zdrowie” to ogólnopolski program realizowany od 1992 roku. Jego celem jest wspieranie zdrowego stylu życia całej społeczności przedszkolnej (dzieci, nauczycieli, rodziców) poprzez tworzenie środowiska, które sprzyja zdrowiu fizycznemu, psychicznemu i społecznemu. Do programu placówki przystępują dobrowolnie i działają według określonych kryteriów, by uzyskać certyfikat. Kluczowe jest:

- holistyczne podejście do zdrowia i wspólne działanie na rzecz poprawy samopoczucia i wiedzy prozdrowotnej, obejmujące edukację, tworzenie bezpiecznego otoczenia i promowanie aktywności.
- współpraca: aktywne zaangażowanie całej społeczności: uczniów, nauczycieli, rodziców i społeczności lokalnej.
- środowisko: tworzenie fizycznego i społecznego środowiska sprzyjającego zdrowiu.
- edukacja i kompetencje: wyposażanie dzieci w wiedzę i umiejętności do podejmowania świadomych wyborów prozdrowotnych.

Na liście piotrkowskich szkół, które promują zdrowie są SP nr 2, 5 i 11 oraz Przedszkola nr 8, 16 i 26. Przedszkole Samorządowe nr 26 planuje realizować kolejny program promujący zdrowie, tym razem związany z wadami postawy u najmłodszych.

Zdjęcia: Children Color, PS 26