

TÁPLÁLKOZÁSTUDOMÁNYÉRT ALAPÍTVÁNY

TTA HÍRMONDÓ 2022/2



Kedves kollégák! Kedves érdeklődők!

A Táplálkozástudományért Alapítvány mindennapja 2022 második félévében is aktívan teltek. Az alábbiakban szeretnénk rövid tájékoztatást adni az elmúlt hónapokban történt legfontosabb eseményekről.

Kérdéseitekkel, észrevételeitekkel, ötleteitekkel keressetek bennünket bizalommal!

Nagyon boldog és sikeres 2023-as évet kívánunk mindenkinek!

Kubányi Jolán MSc, elnök

www.taptudalapitvany.hu



EGYÜTTMŰKÖDÉSEK

Okos Snack

Az Alapítvány szakmai partnere a Nestlé az Egészségesebb Gyerekekért program keretében kialakításra került Okos Snack projektnek, amelynek koordinációját és minél szélesebb körben történő megvalósítását segítettük 2022-ben. A program célja, hogy pedagógusok, edzők, felnőtt segítők közreműködésével hiteles információkat biztosítva, játékos formában, különböző kártyák segítségével megismerkedjenek a 8-11 évesek a kiegyensúlyozott táplálkozás és életmód legfontosabb üzeneteivel. Az elmúlt évben a projekttel 8025 gyermeket sikerült elérnünk, amelyet ebben az évben szeretnénk tovább bővíteni. A program gyakorlati megvalósításában együttműködő partnereink voltak többek között a Magyar Cserkészszövetség, a Magyar Tenisz Szövetség és partnereik, a Bolyai Gyermekotthoni Központ és intézményei, a Biatorbágyi Egészségfejlesztési Iroda, a Játékmester Gyermekprogram, az Erzsébet a Kárpát-medencei Gyermekekért Alapítvány, valamint általános iskolák és sportegyesületek.

Etesd az eszed

Az Alapítvány, mint az Etesd az Eszed program Tudományos Tanácsadó testületének tagja vállalta, hogy minél szélesebb körben népszerűsíti a fent nevezett iskolai típusú egészségnevelési oktatóprogramot az általános iskolákban, amely online és offline elemeket is tartalmaz. Számos Pest megyei önkormányzattal folytattunk tárgyalást a projekt megvalósításának lehetőségéről. Ősszel a támogató szervezésében egy országos kampány keretében sikerült jó néhány iskola és diák számára elérhetővé tenni a projektet.



EGYÜTTMŰKÖDÉSEK

Én is tudok főzni! főzőshow

A 21 nő az egészségügyért és a Táplálkozástudományért Alapítvány “Én is tudok főzni!” elnevezéssel főzőshowt szervezett augusztusban a Budapesti Gazdasági Egyetem tankonyháján középiskolások számára. A 2022/2023-as tanév kezdete előtt joggal merült fel a kérdés, hogy hogyan, mennyire egészségesen táplálkoznak a fiatalok. Az “Én is tudok főzni!” főzőshown a 21 nő Mentor Programjának tizenkét diákja vett részt, akik előételből és főételből álló menüt készítettek Szikora Péter séf és munkatársai segítségével. A diákok sorsolás útján kapták meg a helyszínen a feladatot, szakmai zsűri értékelte az elkészített ételeket, a tálalást és a terítést. A főzőshow az egészséges táplálkozás jegyében zajlott, elsődleges célja volt, hogy a fiatalok körében népszerűsítse a főzést, és nem utolsósorban felhívja a figyelmet az egészséges táplálkozásra. A programban résztvevő gyermekek aktív közreműködésével egy kérdőíves kutatás is készült, amely a középiskolások táplálkozási szokásait kívánta felmérni.

Én is tudok fogyni!

Az Eisberg Hungary Kft-vel közösen indítottuk el több mint hat hónapos programunkat, amelynek lényege, hogy az egészséges és kiegyensúlyozott táplálkozásra, illetve meglévő krónikus betegségek esetén a megfelelő étrend betartására, továbbá a túlsúly és elhízás visszaszorítására hívjuk fel a figyelmet dietetikus által kidolgozott egyénre szabott étrend és edző által elkészített mozgásprogram megvalósításával. A projektben a cég önként jelentkező dolgozói vesznek részt, akikkel a program teljes ideje alatt folyamatos kapcsolattartás valósul meg a szakemberek együttműködésével. 2022-ben a program előkészítő fázisa valósult meg, a gyakorlati megvalósítás 2023. január-június között zajlik.



EGYÜTTMŰKÖDÉSEK

BGSzC Dobos C. József

Vendéglátóipari Technikum és Szakképző Iskola

Az iskola vezetésével történt megállapodás értelmében alapítványunk hosszútávú szakmai együttműködést kötött az intézménnyel, amelynek első lépéseként a pedagógiai projektnapon tartottunk előadást a kiegyensúlyozott táplálkozásról a tanárok számára. Az elhangzott témák kapcsán számos kérdés merült fel a jelenlévők részéről, akik nagy örömmel fogadták az új információkat.



Bolyai gyermekotthon

Az Alapítvány képviselőjében dietetikus szakember tartott interaktív foglalkozást a cukorbetegséggel kapcsolatos táplálkozással összefüggő legfontosabb tudnivalókról. Az otthonba érkező egyik gyermeknek - akinél 1-es típusú diabetest állapítottak meg - szeretett volna segíteni az otthon nevelői csapata azzal, hogy ők és a többi gyermek is részt vesz egy olyan foglalkozáson, amelynek keretében táplálkozástudományi szakember közreműködésével sajátíthatják el a betegséggel kapcsolatos ismereteket.



SE ETK Dietetikai Tanszék

Negyedéves nappali tagozatos diákok számára tartottunk előadást a dietetikus hivatás tantárgy keretében, valamint másodéves MSc hallgatóknak preventív táplálkozástudomány tárgy keretében volt lehetőségünk számos új ismeret átadására.

PÁLYÁZATOK

Promecom

A cég filozófiája, hogy az egészség megőrzése, a betegségek megelőzése és kezelése nem csak az egyén, hanem a társadalom számára is fontos. Ezért egyre nagyobb hangsúly helyeződik a prevencióra, illetve ezzel összefüggésben az egyén egészségügyi állapotának folyamatos monitorozására és megőrzésére. A lakosság egészségi állapotának romlása, egyes betegségek előfordulásának ugrásszerű emelkedése megnöveli az igényt a korszerű, minőségbiztosított szervizháttérrel rendelkező, megbízható orvostechikai műszerek, egészségvédelmi eszközök iránt. Fentiek értelmében a cég támogatja azon kezdeményezéseket, tevékenységeket, amelyek az egészséges életmód elősegítését szolgálják, így Alapítványunk részére 2 db OMRON BF 511 Testösszetétel elemző készüléket biztosítottak adományként.

EOn pályázat

Az EOn által kiírt pályázat keretében olyan programra nyújtottunk be támogatási kérelmet, amelyben egy korábbi projekt során megszerzett ismeretekre épülve egy dunaharaszti óvoda által szervezett egészséghét egyik napján játékos foglalkozások keretében bővítettük volna a gyermekek és a szülők ismereteit pl. a táplálkozás, élelmiszerpazarlás, fenntarthatóság, mozgás témakörökben. A pályázatunk sajnos nem nyert támogatást.

Richter Anna díj

Az Alapítvány az idei évben egy kisebb elemszámú kutatást végzett a középiskolások táplálkozási szokásaira vonatkozóan, melyet szándékunkban áll kiterjeszteni mind létszám mind pedig a feltett kérdések, illetve témák tekintetében, és legalább 1500 diákot elérni a kibővített online kérdőívvel. A projekt legfontosabb célkitűzése, hogy egy hiánypótló kutatás keretében felmérjük a középiskolások, 15-18 éves fiatalok táplálkozási, mozgási szokásait és a kapott adatokat feldolgozva összehasonlítást végezhetünk arra vonatkozóan, hogy milyen mértékben jellemző a korosztályra a hazai felnőtt lakosságra jelenleg rendelkezésre álló felmérések adatai. A pályázat sajnos nem nyert támogatást.

BGA Zrt.

A Nemzeti Együttműködési Alap „Civil szervezetek működésének biztosítására vagy szakmai programjának megvalósítására és működésének biztosítására fordítható összevont támogatás 2023.” című pályázati anyagunkat érvényesnek minősítették, az elbírálás folyamatban van.



FELMÉRÉSEK

Középiskolások táplálkozási szokásai

A Táplálkozástudományért Alapítvány együttműködve a 21 Nő az Egészségügyért alapítvánnyal online kérdőíves kutatás keretében mérte fel a középiskolások táplálkozási szokásait. A vizsgálat elsődleges célja volt, hogy képet kapjunk arról ma Magyarországon hogyan, és mennyire egészségesen táplálkoznak a fiatalok. A felmérésből kapott adatok egyértelműen rámutatnak arra, hogy az egészséges táplálkozás népszerűsítése és gyakorlati megvalósítása a fiatalok körében egyre időszerűbb annak érdekében, hogy a felnőttkori krónikus betegségek megelőzésében hatékonyan tudjunk fellépni.

A felmérésben összesen 524 fő, 15-18 éves vett részt. A túlsúly (11,9%) és az elhízás (5,5%) ebben a korcsoportban is megjelenik, ugyanakkor az alultápláltság is (11,9%) jelen van. A kapott adatok egyértelműen azt mutatják, hogy háttérbe szorul az otthoni étkezés, a kész ételek és a gyors étermek kerül előtérbe, valamint a diákok fele nem veszi igénybe az iskolai menzát. A válaszadók 34%-a reggeli nélkül kezdi meg a napot. A napi ajánlott mennyiségtől elmarad a zöldség, gyümölcs és a tej-tejtermék fogyasztás. A fiatalok 80%-a vizet iszik, de 13,2%-a rendszeresen fogyaszt alkoholt heti 1-3 alkalommal. A középiskolások 27,5%-a sportol rendszeresen. A válaszadók közel 70%-a egészségesnek gondolja életmódját!



FELMÉRÉSEK

Okos Snack tudásszint felmérés

Az Okos Snack programban résztvevő 8-11 éves gyermekek tudásszintjére vonatkozó felmérést is végeztünk 2022-ben, amelynek eredményeképpen 2010 db bemeneti kérdőívet és 1750 db kimeneti kérdőívet tudtunk feldolgozni. A projektben résztvevő partnerek számára online és nyomtatott formában is elérhetővé tettük a kérdőívet, amelyet a gyerekeknek a program elején és végén kellett kitölteniük. Az első felmérésben résztvevők 40,0%-a, a második felmérésben résztvevők 58,0%-a tudta, hogy naponta minimum 4 adag zöldséget-gyümölcsöt ajánlott fogyasztani. Az első felmérésben résztvevők 39,7%-a, a második felmérésben résztvevők fele (51,5%) szerint maximum 2-3 alkalommal kerülhet a heti menübe desszert, édesség. A válaszadók többsége (64,9% és 80,2%) helyesen jelölte, miszerint az ételek utóízesítésére minél kevesebb sót javasolt használni.



RENDEZVÉNYEK, AMELYEKEN RÉSZT VETTÜNK

A **Magyar Gyógytornász-Fizioterapeuták Társasága** 2022. szeptember 9-10-én tartotta XIII. Jubileumi Kongresszusát a Nemzeti Színházban.

A Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem Sport-táplálkozástudományi Központ alapításának 5 éves évfordulójához kapcsolódó eseményt a **V. Sport és Innováció konferenciát** szeptember 14-16. között rendezték meg Budapesten.

Hazánkban a szív- és érrendszeri betegségek jelentik a legjelentősebb halálozási és megbetegedési kockázatot, amelyek jelentős része megelőzhető, elsősorban egészségesebb életmóddal, valamint rendszeres szűrővizsgálatokkal. A **Szívünk napja** lakossági egészségmegőrző családi rendezvényen, szeptember 25-én a Millenárison az Alapítvány standján dolgozó szakemberek visszajelzései alapján a rossz idő ellenére is folyamatos volt az érdeklődés a látogatók részéről, rengeteg embernek tudtunk segítségére lenni térítésmentes testösszetétel méréssel és táplálkozási-dietetikai tanácsadással!

Október 1-én ünnepeltük a hazai **dietetikus képzés 100 éves évfordulóját** Budapesten a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Karán. Megtiszteltetés volt részt venni a jubileumi konferencián, és öröm volt találkozni a tanszék tanáraival, a kollégákkal és a meghívott előadókkal, vendégekkel. Hosszú utat tettünk meg, de mára már hivatásunk elismert helyet foglal el az egészségügyben!



RENDEZVÉNYEK, AMELYEKEN RÉSZT VETTÜNK

A **XII. Népegészségügyi konferenciára** október 5-én a Magyar Tudományos Akadémia dísztermében került sor. A rendezvény fő témái között szerepelt: Népegészségügyi Prevenció Magyarországon, Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020-2030, Fókuszban a megelőzés - Gyermekek, Fiatalok, Családok Éve 2020-2025, Szövetségben, COVID járványügyi időszak (2020-2022) értékelése. Büszkéek vagyunk rá, hogy a Táplálkozástudományért Alapítvány is tagja annak a 76 szakmai szervezetnek, akik közös erővel segítik és támogatják a program minél sikeresebb megvalósítását. A szűrőprogram 150.000 példányban megjelenő hivatalos kiadványában az Egészség Könyv 2022-ben is találkozhat a lakosság az Alapítvány bemutatkozó anyagával.

Október 5-én került megrendezésre a **VII. Food4Talk konferencia** a Budapest Music Centerben. A Nestlé a világ legnagyobb élelmiszeripari vállalatoként felelősségének tekinti az élelmiszer előállítási és ellátási láncok átalakítását, úgy, hogy ezzel hozzájáruljon a bolygónk természetes erőforrásainak megújulásához, és a fogyasztók fenntarthatóbb táplálkozásához. Ennek jegyében az esemény a fenntartható táplálkozást, valamint az élelmiszeripari alapanyagok fenntartható megtermelésének kérdését járta körül.

Részt vettünk a TÉT Platform által szervezett **TÉT reggeli szakmai fórunsorozaton**, amely október 7-én a Budapesti Gazdasági Egyetemen valósult meg „Édes íz az életünkben – cukortól az édesítőszerekig” címmel. A rendezvényen bemutatásra kerültek az év elején lezajlott, reprezentatív „Édes íz” kutatás adatai. A 2022-ben végzett hazai felmérés elsősorban az édes ízhez kötődő ismereteket és cselekvéseket vizsgálta: mit használunk az ételek-italok ízesítésére, miért kedveljük, netán kerüljük a cukrokat vagy az édesítőszereket, hogyan választunk édes ízű élelmiszereket.



RENDEZVÉNYEK, AMELYEKEN RÉSZT VETTÜNK

2022-ben volt **100 éves a magyar dietetikus képzés**. Ennek apropóján az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet Táplálkozás-epidemiológiai Főosztálya számos együttműködő partner közreműködésével egyhónapos kommunikációs kampányt indított, melynek célja a szakma történetének és jelentőségének bemutatása, a táplálkozástudományi szakemberek presztízsének növelése és szolgáltatásaik igénybevételének népszerűsítése. Az OGYÉI szervezésében "A táplálkozástudomány sokszínűsége" - 100 éves Magyarországon a dietetikus képzés című konferencia keretében bemutathattuk az Alapítvány működését, illetve tájékoztatást adhattunk arról, hogy milyen programokkal, tevékenységekkel segítjük a dietetikai szakterület népszerűsítését!

November 13-án a Sport-táplálkozástudományi Központ és a Sportos Cukorbetegség Egyesülete közösen rendezte meg a **Diabetes világnap** alkalmából a „Sportos életmód a diabétesz menedzselésében” elnevezésű tudományos konferenciát a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemen.

Alapítványunk meghívást kapott az **MTA Élelmiszertudományi Tudományos Bizottság Táplálkozástudományi Munkabizottsága** november 17-ei online ülésére, ahol lehetőségünk volt bemutatni milyen szerepet tölt be szervezetünk a hazai lakosság egészségi állapotának javításában, illetve legújabb kutatásunkat, amely a fiatalok táplálkozási szokásait vizsgálta.



RENDEZVÉNYEK, AMELYEKEN RÉSZT VETTÜNK

Részt vettünk a **Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara Dietetikai Tagozata** által szervezett ünnepi konferencián november 18-án a Lurdy Konferencia központban, amelyet a hazai dietetikus képzés századik évfordulója tiszteletére rendeztek Diétás nénétől a diplomáig címmel.

A **Magyar Elhízástudományi Társaság** 30. éves Jubileumi Kongresszusán Gárdonyban előadás keretében mutattuk be legújabb, 2022-es kutatásunk eredményeit, amely a középiskolások táplálkozási szokásait mérte fel. A rendkívül színvonalas és tartalmas rendezvény végén felhívás hangzott el arra vonatkozóan, hogy szorosabb szakmai együttműködés történjék az elhízás megelőzése érdekében.

December 2-án részt vettünk a **21 Nő az egészségügyért** 2022-es Mentor Programjának ünnepélyes záróeseményén a Magyar Tudományos Akadémia dísztermében, ahol előadás keretében mutattuk be a fiatalok táplálkozási szokásairól szóló felmérésünket.



KOMMUNIKÁCIÓ

Weboldal és facebook oldal

Az elmúlt hónapok eseményeiről folyamatosan tudósítottunk weboldalunkon (www.taptudalapitvany.hu) és facebook oldalunkon (Táplálkozástudományért Alapítvány).



Média megjelenések

Az alapítvány működéséről, aktuális tevékenységeiről, elért eredményeiről számos média megjelenés született, többek között a Patika Magazinban, az Egészség könyv 2022-ben, a Karc FM rádióban, a 168 órában, a Store Insider oldalon, a Golf Magazinban, a Kossuth Rádióban, az MTVA Duna TV-ben, vagy akár a Merőkanal.hu-n.



FOLYAMATBAN LÉVŐ AKTUALITÁSOKRÓL RÖVIDEN...

2023-tól már alapítványunk számára is felajánlható lesz a magánszemélyek személyi jövedelemadójának **1%-a**, ezt minél több felületen szeretnénk kommunikálni.

Tárgyalásukat folytattunk a **Gasztroklínika** kialakításának vonatkozásában.

Közös rendezvényt szervezünk a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségével február 16-án a BGE-n gyermekkori táplálkozás témakörben.

Együttműködés kialakítása van folyamatban a **Magyar Gyógyszerész Kamara** adherencia-fejlesztő programja kapcsán.

Számos céggel folynak tárgyalásaink a 2023-as évre vonatkozó **együttműködések** kapcsán.

