

# Projekt Zdravo i fino DND-a Zabok osvojio 1. nagradu Europske komisije 2019. EU Health Award

**D**ruštvo Naša djeca Zabok s projektom Zdravo i fino pobijedilo je u kategoriji nevladinih organizacija za europsku nagradu 2019. EU Health Award Europske komisije za prevenciju i smanjivanje debljine u djece i mladih. Predstavnice DND Zabok, Snježana Krpes, Anka Ilinčić, Dubravka Kolarić i Jana Borovčak zajedno s voditeljicom projekta Jasenkom Borovčak, 17. listopada 2019. sudjelovale su na proglašenju pobjednika u Bruxellesu te primile nagradu. Europska komisija ovogodišnju je nagradu za zdravstvo Europske unije posvetila inicijativama gradova, nevladinih organizacija i škola koje su pridonijele ili doprinose visokom stupnju javnozdravstvenih politika u Europskoj uniji te osmišljavaju i provode projekte prevencije i smanjenja pretilosti u djece i mladih.

Prekomjerna tjelesna masa i pretilost veliki su problem i izazov u cijelom svijetu i u Europskoj Uniji za odrasle, a posebno za djecu i mlade. Istraživanja Svjetske zdravstvene organizacije pokazuju porast prekomjerne tjelesne mase i debljine u djece i mladih izazvane nezdravom prehranom i tjelesnom neaktivnošću. Republika Hrvatska,

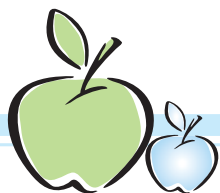
prema svim istraživanjima među djecom i mladima, ne zaostaje u tim negativnim trendovima.

Zato su važne inicijative koje se bave promocijom zdrave prehrane, tjelesnog kretanja i zdravih stilova života djece i mladih koje su presudne za učinkovito suočavanje s ovim zabrinjavajućim trendom te je Europska komisija odlučila nagraditi najbolje i najučinkovitije inicijative u 2019. godini. Društvo Naša djeca Zabok od 2012. godine, na inicijativu same djece, članova i članica Dječjega gradskog vijeća, pokreće projekt Zdravo i fino. Cilj projekta je promovirati, odgajati i podučavati djecu i mlade o zdravoj prehrani, stjecanju zdravih prehrambenih navika i zdravih stilova života te pružiti informacije o problemu pretilosti u djece i mladih. Projekt se provodi u partnerstvu sa Srednjom školom Zabok, Osnovnom školom K.Š. Gjalskog, Dječjim vrtićem Zipkica, Zavodom za javno zdravstvo Krapinsko-zagorske županije i Savezom DND Hrvatske, uz financijsku podršku Krapinsko-zagorske županije i Ministarstva znanosti i obrazovanja te u suradnji s Hrvatskim zavodom za javno



zdravstvo i Ministarstvom zdravstva. Projekt se sastoji od raznovidnih aktivnosti, radionica zdravoga kuhanja za djecu osnovnoškolske i srednjoškolske dobi koje se provode u ugostiteljskom kabinetu Srednje škole Zabok, edukativno-kreativnih radionica vršnjačke edukacije o zdravoj prehrani i zdravlju u osnovnoj školi, obradi eko-vrta, kreativnih radionica za djecu predškolske dobi u dječjem vrtiću, edukativnih šetnji s djecom u prirodi koje promoviraju važnost tjelesnog kretanja,





kampanje putem plakata s dječjim sloganima i porukama, kalendara koji promoviraju važnost konzumiranja voća i povrća, lutkarskog igrokaza Gusjenica i Voćna salata, a izdan je i jedinstveni CD Zdravo i fino s autorskim dječjim pjesmama koje promoviraju zdravu prehranu i zdravlje djece te napravljen kratki animirani film za djecu Foodiva u akciji. Organizirani su i stručni skupovi i savjetovanja za stručnjake na teme prevencije pretilosti i zdravlja djece. Kao rezultat više od dvadeset radionica zdravoga kuhanja s djecom izdane su četiri kuharice za djecu i roditelje: Zdravo i fino – priče iz zdrave kuhinje za djecu i odrasle, Jela zdrava i fina - proljeće, ljeto, jesen, zima, Zdrava i fina jela iz cijelog svijeta i nova kuharica netom izašla iz tiska Zdrava i fina jela Lijepa Naše.

Upravo ova paleta inovativnih, edukativnih i kreativnih aktivnosti osvojila je žiri, sastavljen od poznatih stručnjaka i savjetnika u Europskoj komisiji, kao i voditelja europskih institucija iz redova liječnika, nutricionista, istraživača, sveučilišnih profesora, donositelja EU programa vezanih uz zdravlje, zdravu i sigurnu hranu.

Prva nagrada uključuje i novčani iznos od 100.000 eura koje će Društvo Naša djeca Zabok uložiti u daljnji razvoj projekta Zdravo i fino.

Konkurencija je bila velika, jer su uz nas bile udruge iz Danske i Francuske, također s vrlo uspješnim projektima,

tako da je ovo doista kruna našega rada i presretni smo što je prepoznat naš ogroman trud, koncept projekta te dugogodišnji predan i kvalitetan rad. Ono je što je izuzetno važno, a što je istaknuto u govoru na samom proglašenju, osim zahvale Europskoj komisiji, jest da je ova prestižna nagrada, nagrada svima koji su dio projekta Zdravo i fino – djeci, volonterima, suradnicima i partnerima koji su svih ovih godina sudjelovali u stvaranju i realizaciji svih aktivnosti projekta.

#### IV. ciklus projekta Zdravo i fino

Projekt Zdravo i fino u IV. ciklusu nastavljen je u 2018./2019. godini s radionicama zdravoga kuhanja za djecu i mlade, kreativno-edukativnim radionicama vršnjačke edukacije o zdravoj prehrani i zdravlju za osnovnoškolsku djecu te kreativnim radionicama s djecom predškolske dobi, koje se po prvi put provode i s djecom u Dječjem vrtiću, a projekt je promoviran i izvan granica Krapinsko-zagorske županije. Organizirana je posebna radionica zdravoga kuhanja namijenjena učenicima i profesorima Srednje škole Zabok na temu Vegetarijanska i veganska prehrana za početnike. Savjetovanje Holistički pristup zdravlju djeteta – prehrana, rekreacija i slobodno vrijeme organizirano je u suradnji sa Savezom društava Naša djeca Hrvatske, a namijenjeno je stručnim suradnicima

u vrtićima, školama, zdravstvenim i socijalnim ustanovama te svima koji žele utjecati na promjenu prehrambenih navika u djece i mladih radi prevencije pretilosti. Izdan je prigodan kalendar s djecom za 2019. godinu koji promovira važnost konzumacije voća i povrća, pogotovo u dječjoj dobi, obojen je pano pod sloganom Sve se može, kad se hoće, a biti zdrav uz povrće i voće u središtu grada Zaboka te je organizirano nekoliko edukativnih šetnji za djecu u prirodi po okolici Zaboka.

Inovativna aktivnost u IV. ciklusu projekta bila je izrada kratkog animiranog filma na temu zdrave prehrane i usvajanja zdravih prehrambenih navika kod djece u čijem su scenariju i izradi animacija sudjelovala upravo sama djeca. Klinci su osmislili priču o superjunakinji Foodivi koja uči djecu zdravim prehrambenim navikama i zdravom životu te je to bila podloga za kratki animirani film kojeg su naslovili Foodiva u akciji.

Projekt Zdravo i fino jedan je od pozitivnih primjera kako djeca aktivnim angažmanom utječu na promjene u svojoj sredini, provode ideje, razvijaju kreativnost te pokreću i ostale vršnjake na aktivno sudjelovanje i angažman u području zdravlja i prevencije pretilosti.

#### Jasenska Borovčak

tajnica Društva Naša djeca Zabok  
Voditeljica projekta Zdravo i fino  
[jasenka.borovcak@gmail.com](mailto:jasenka.borovcak@gmail.com)