

# SZAKMAI BESZÁMOLÓ

MÉRFOLDKŐ: 1

IDŐSZAK: 2017.12.01.-2018.05.31.

Az **EFOP-1.8.5-17-2017-00150 azonosítószámú, „Menő menza a Varga Tamás Iskolában”** című projekt 2017. december 1-jével elindult. A szakmai megvalósítást 2017. december 7-én ünnepélyes megnyitó keretében kezdtük meg, ahol ismertettük a projekt célját, valamint a projektbe tervezett tevékenység bemutatásra kerültek.

**405 fő kitöltötte** a „Menő menzák az iskolákban” tanulók **táplálkozási kérdőívet**, melynek rögzítése és kiértékelése megtörtént, valamint az eredményeket folyamatosan figyelembe vesszük a projekt szakmai programjának megvalósításakor. A gyermekek és szüleinek írásos és személyes tájékoztatása megtörtént.

*Melléklet: Menő Menza kérdőívek feldolgozása excel táblázat, valamint a szöveges kiértékelés pdf formátumban.*

Az első mérőföldkő időpontjáig a projekt keretében az alábbi **2 db ismeretterjesztő program** valósult meg:

- 1) Energiaegyensúly, tudatos vásárlás:** Az energiaegyensúly szemléltetése bemutatott és szemléltetett nyersanyagok egymással történő összehasonlítása kalória és tápanyagértékük alapján. Például beszéltünk arról, hogy az elfogyasztott nyersanyaggal felvett kalória konkrétan mennyi mozgással adható le. (1 db alma vagy 1 szelet szendvics hány perces sétával, vagy kerékpározással egyenlő) Az egyes élelmiszerek vásárlásakor is fontos felhívni a figyelmet, hogy tudatosan figyeljük a feltüntetett tápanyag-kalóriatartalmat, adalékanyagokat, tartósítószerket.
- 2) Környezettudatosság, szelektív hulladékgyűjtés:** Környezettudatosság szempontja már a bevásárlás során is fontos alapelv kell, hogy legyen (csomagoló anyagok, bevásárló táskák stb.) Családok vásárlási szokásainak átbeszélése, tapasztalatcsere, ötletbörze csoportokban arról, hogy mire figyelhetünk otthon a környezetünk megóvása érdekében. A családokban a főzés és a mindennapi élet során keletkezett hulladékok szelektív gyűjtésének fontossága, hulladékgyűjtés alapszabályainak megismerése.

Ezeket előadásokat, interaktív foglalkozásokat az alsós és felső évfolyamos tanulók vettek részt.

Projektszám: **EFOP-1.8.5-17-2017-00150**  
Projektcím: **Menő menza a Varga Tamás Iskolában**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

SZÉCHENYI 2020

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

**4 db száma szemléletformáló program** került megtartásra, melyek az alábbiak:

**1) Platán Hét: 2017. december 18. – 2017. december 22.**

Az iskolai közösségfejlesztő program keretében a szülők bevonásával szerveztük programjainkat: a diákok aktívan kipróbálhatnak az egészséges életvitelt támogató tevékenységeket.

A Platán Hét olyan programsorozat, ahol nagy hangsúlyt kap az egészséges életmód, táplálkozás, környezet tudatosság, az egyes elemek illeszkednek a pályázatban megfogalmazott célokhoz, több esemény, foglalkozás is ennek jegyében zajlott. Minden osztálynak többféle programot szerveztünk melyek közül néhányat kiemelünk:

- Gyerekjóga
- Floorball bajnokság
- Táncház
- Szépségápolási, bőrápolási tanácsok
- AIDS – világnapjáról előadás (Környezet Információs Központ munkatársa)
- Mesterségem címere – Nőgyógyász orvos előadása
- „Ismerjük meg a tápanyagokat” címmel dietetikus előadása
- Önismereti játékok – védőnői foglalkozás
- Zenebarát programok
- „A pásztorkutyák világa” PDF Állat- és Környezetvédelmi Alapítvány érzékenyítő programja
- „Süti-sütő verseny” egészségbarát cukor vagy fehér lisztmentes édességek bemutatója, kostonlója.

**2) Recept csere-bere délután: 2018. február 27.**

Szülők, kollégák, gyerekek részvételével valósult meg a Recept csere-bere délután. Turmix italokat készítettünk; a kóstoláson túl háziilag is elkészíthető üdítő italok receptjeit ismertettük egymással.

Az egészséges táplálkozás népszerűsítése érdekében ezeket a receptek megosztásra kerülnek a vargatamas.hu weboldalon.

A programon dietetikus szakember, valamint intézményünk védőnője adott táplálkozási tanácsokat. Az esemény ismertetése céljából előzetesen szórólapokat, meghívót készítettünk, honlapunkon tájékoztattuk a családokat.

Téma választás indoklása: a téli időszak végén fokozottan igényli, főleg a fejlődő szervezet a nyers formában elfogyasztott gyümölcsöket, zöldséget.

Célunk volt a diákok önállóságának, táplálék-készítés folyamatának megismerése és az élménynyújtás.

**3) Happy-Hét: 2018. március 19-23.**

Iskolánk csatlakozott a magyarországi vízfogyasztás népszerűsítéseként meghirdetett, fiataloknak szóló Happy-hét programhoz.

Saját ötletek kivitelezése mellett az OGYÉI által biztosított differenciált, komplex oktatási segédanyagokkal színesítettük a tanórákat és a napi eseményeket. Célunk volt, hogy koruknak megfelelően minél átfogóbb ismeretekhez jussanak a gyerekek, mindezt élményszerűen próbáltuk megvalósítani. Tájékoztató anyaggal, szórólapokkal, plakátok kihelyezésével tájékoztattuk a diákokat és a szülőket a megvalósítandó programokról.

Olyan, a tanulók által készített alkotásokkal díszítettük az iskolát, amely felhívja a diáktársaik figyelmét a vízfogyasztás

**SZÉCHENYI 2020**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

**Projektszám: EFOP-1.8.5-17-2017-00150**

**Projektcím: Menő menza a Varga Tamás Iskolában**

fontosságára, édesvizek védelmére. „Szelf(v)izz vízzel” pontot hoztunk létre, ahol fotózkothattak az érdeklődők Happy-hét matricával ellátott flakonjukkal. Az uszodában játékos ügyességi mozgásformákat próbálhattak ki a részt vevők. Az Öko-szakkörösök interaktív foglalkozáson víz felhasználásával végeztek kísérleteket. A Környezeti Információ Központ munkatársa a víz felhasználásáról, védelméről tartott előadást a felső tagozatosoknak.

A hét programjai rávilágítottak az ivás fontosságára, amit a hétköznapokban is igyekszünk tudatosítani a gyerekekben. Saját ivópalack, ivókutak használata segíti szomjukat oltani.

#### **4) „Villa és sportcipő”: 2018. április 21.**

2018. április 21-én, szombaton rendeztük meg a programot, mely alkalommal az aktív mozgás és a táplálkozási szokások alakítása együtt valósult meg. A nap közös flash mobbal indult; a zenés bemelegítés és a közös torna az iskola udvarán megalapozta a nap további hangulatát. Ezután számos helyszínen próbálhatták ki magukat a diákok mozgásos, és ügyességi feladatokban:

##### Udvari helyszínek:

- Felsősi fiúk focizhattak, a lányok meg aktívan szurkoltak nekik
- Baranta edzésen is rész vehettek (birkózás, szabja vívás)
- Kerékpáros akadály pályán próbálhatták ki az ügyességüket
- Öko-társasjátékok is színesítették a programot
- Játékos sport feladatokon versenyezhetek az osztályok egymással
- „Részeg-szemüvegben” ügyességi feladatokat is kipróbálhattak
- Gasztronómia elemként a rendezvény ideje alatt málnás és csokis ízben kóstolhattak a gyerekek zabkását, aminek nagy siker volt

##### Termekben zajló programok:

- Jógafoglalkozáson tornázhattak és lazíthattak
- Táncházt keretében próbálhatták ki a néptánc alaplépéseit
- Juhász kutyás foglalkozást is megtekinthettek
- Sakkozhattak az érdeklődők
- Lúdtalp és gerinctornát is tartott az egyik meghívott védőnő
- Egészségügyi szűrővizsgálatokat végeztek védőnők (vércukormérés, vérnyomásmérés, testzsír %, izom %-mérés)
- Kun Judit dietetikus szakember a rendezvény ideje alatt folyamatos tanácsadást tartott az érdeklődő gyerekeknek táplálkozás témában
- Gondolkodást fejlesztő társasjátékokat is tanulhattak a gyerekek
- A szelfi ponton sporteszközökkel fotózkothattak a gyerekek.

Nagyon jó hangulatban zajló eredményes és sikeres programmal bizonyítottuk be, hogy fontos az egészségünk, amiért közösen teszünk is. A programok színes kavalkádjában minden gyermek és felnőtt jól érezte magát.

Ezeken a programokon iskolánk alsós és felső évfolyamos tanulói, szülők és pedagógusok vettek részt.

*Melléklet: Fotódokumentáció*

**SZÉCHENYI 2020**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

**Projektszám: EFOP-1.8.5-17-2017-00150**  
**Projektcím: Menő menza a Varga Tamás Iskolában**

**Dietetikai szaktanácsadáson résztvevők aránya elérte a 10%-ot,** azaz 45 fő tanuló vett részt.

A dietetikus szakember hetente 4 órában személyesen rendelkezésre áll az iskola tanulói, a tanulók szülei, az iskola pedagógusai, illetve az iskolai közétkeztetés területén foglalkoztatott valamennyi szakember számára egyéni dietetikai tanácsadásra, és az egészséges táplálkozással kapcsolatos kérdések megválaszolására. A tanácsadások kiemelt célcsoportjához tartoznak a felmérés eredményei alapján a rizikócsoportba sorolt gyermekek, akik számára egyénre szabott életmódváltó program került összeállításra. Az egyéni tanácsadásokon a programba belépő gyermekek folyamatos nyomon követése, a szülők programba való bevonása és tájékoztatása történik meg az egyéni tanácsadásokon.

A dietetikus emellett rendszeresen csoportfoglalkozásokat tart, melyek kiterjednek:

- a rizikócsoportba sorolt gyermekekkel történő foglalkozásokra
- a diákok csoportos tájékoztatására
- a szülők csoportos tájékoztatására
- a nevelőtestület csoportos tájékoztatására.
- a közétkeztetésben dolgozó szakemberek tájékoztatása

*Melléklet: Munkanapló*

**Az „Egészségfejlesztő és betegségmegelőző programokban részt vevő személyek száma” indikátor értéke elérte a 100 főt,** összesen a programokon 2.616 fő vett részt.

Iskolánk jelenleg **1 db kültéri és 4 db beltéri ivókúttal** rendelkezik, további 1 db kültéri ivókút beszerelése folyamatban van.

### **Tájékoztatással és nyilvánossággal kapcsolatos tevékenységek megvalósítása, megtett intézkedések**

2017. december 7-én sajtó-nyilvános, ünnepélyes projektnyitóval indult a szakmai munka. A projekt menedzsmenete tájékoztatta a programba bevont pedagógusokat, érdeklődőket a pályázat célkitűzéseiről, feladatairól. A megjelent sajtócikket összegyűjtöttük, elemeztük. A „C” típusú tájékoztató táblát elkészítettük, és a projekt-helyszíneken elhelyeztük azokat.

Valamennyi szemléletformáló program nyilvános, meghívót küldünk a szülőknek, s intézményünk honlapján tájékoztatjuk az érdeklődőket, valamint fotódokumentáció készül valamennyi rendezvényről.

*Melléklet: C típusú tábla fotója*

### **Környezeti fenntarthatósági, esélyegyenlőségi vállalásokkal kapcsolatos tevékenységek megvalósítása, megtett intézkedések**

A projektgazda figyelmet fordít a fenntartható fejlődéshez való hozzájárulás biztosítására. A környezetvédelmi és esélyegyenlőségi jogszabályokat betartja, a projekt által érintett területen a védett természeti és kulturális értékeket megőrzi. A programhoz kapcsolódó nyilvános eseményeken, kommunikációjában és viselkedésében esélytudatosságot fejez ki: nem közvetít szegregációt,

**SZÉCHENYI 2020**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

**Projektszám: EFOP-1.8.5-17-2017-00150**

**Projektcím: Menő menza a Varga Tamás Iskolában**

csökkenti a csoportokra vonatkozó meglévő előítéleteket. A projekt tevékenységei hozzájárulnak a lakosság tudatosabb magatartásához ennek köszönhetően, a fenti területekre közvetetten a szemléletmód formálásával fejtünk ki hatást.

A környezet és az egészség egymástól el nem választható fogalmak. A természet óvása, védelme nélkül nem beszélhetünk egészséges emberi életről sem, mivel az ember a természet része. Az általa okozott természeti-környezeti szennyeződések károsan hatnak vissza a saját szervezete működésére. Éppen ezért a tevékenységek során a környezettudatosságra törekszünk. A pedagógusok, a bevont szakemberek tudatos magatartásukkal a környezetvédelemre, a környezeti kockázatok csökkentésére hívják fel a figyelmet.

Az egyes tevékenységekhez kapcsolódóan törekszünk a fenntarthatóság elvének érvényesítésére:

- a célcsoport bevonásra kerül a közvetlen környezetük rendezésére, az elhagyott szemét gyűjtésére,
- a programok során a fenntartható fejlődés biztosítását szolgáló rendezvényelemek is beépítésre kerülnek.

Emellett a projektmenedzsment vállalja, hogy a projekt tervezésekor és megvalósítása során figyelembe veszi a fenntarthatóság elveit, érvényesíti a környezeti szempontokat.

Az egyes tevékenységekben megvalósuló szinergia kiteljesítése révén összességében pozitív hatást tulajdonítunk a projektnek.

A projekt tervezése és megvalósítása során kiemelten kezeljük az esélyegyenlőségi szempontokat.

A hosszú távú célok eléréseért az alapítvány által támogatott Hódmezővásárhelyi Varga Tamás Általános Iskola a felelős. A megvalósítás szervezeti kereteit az alapítvány rendszeresen elkészíti, és határidőre benyújtja a jelentéseket. A projekttel kapcsolatos dokumentumokat elkülönítetten nyilvántartja, és folyamatosan biztosítja az adatszolgáltatást a támogató számára.

A projektben kiemelt szerepe van a hátrányos helyzetű diákok és családok támogatásának. Ezért a célcsoporton belül külön szegmensként jelennek meg a jövedelmi, lakhatási szegények, a hátrányos helyzetű családban élő gyerekek. Megvalósítjuk a projektre vonatkozó kötelező esélyegyenlőségi intézkedéseket és emellett a megfelelő egészségmegőrzéshez (egészséges táplálkozás, sport, pihenés, stb.) és egészségügyi szolgáltatáshoz való hozzáférés javítását segítjük a dietetikus biztosításával és a szemléletváltó programok végrehajtásával.

Projektben nem valósul meg olyan infrastrukturális elem, mely során érvényre kellene juttatni a környezetvédelmi előírásokat. Ugyanakkor szemléletformáló programjainkkal segítjük a fenntartható fejlődést, a környezettudatos magatartás fejlesztését. Beszerzéseink során pedig érvényesül a környezetet kímélő eszközök és anyagok vásárlásának elve.

Hódmezővásárhely, 2018. június 10.

.....  
*Biszecz Gyöngyi*  
hivatalos képviselő aláírása

Hódmezővásárhelyi Tarjáni Általános  
Iskoláért Alapítvány P.H.  
6800 Hódmezővásárhely, Holló u. 36.  
Telefon: 62 245-877  
Adószám: 19083802-1-06

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

**Projektszám: EFOP-1.8.5-17-2017-00150**

**Projektcím: Menő menza a Varga Tamás Iskolában**