

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ МОЛОДЁЖИ - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ





ЦЕЛЬ

Формирование культуры здорового
питания у учащейся молодёжи
Калининградской области,
посредством проведения
мероприятий, популяризирующих
здоровое питание

Целевая аудитория

- Студенты 1-4 курса СПО
- Студенты 1-4 курса ВО
- Школьники 9-11 класса

Возраст: 15-25 лет

Среди студентов и
школьников
Калининградской области



СУТЬ ПРОЕКТА

"Проведение мероприятий, направленных на формирование культуры здорового питания у учащейся молодёжи Калининградской области"

Проект





МОНИТОРИНГ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

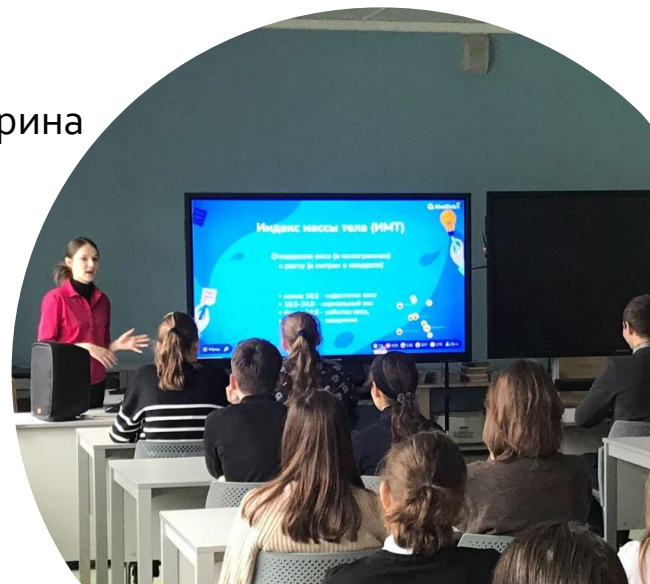


- Позволяет определить **качественные и количественные характеристики питания** (среди всех студентов и по отдельным учебным заведениям)
 - Кратность
 - Частота употребления основных групп продуктов
 - Питание в столовой при учебном заведении
 - Осведомлённость в вопросах здорового питания и др.
- **Является основой для** образовательных мероприятий, составления отчетов о питании студентов для руководства учебных заведений, популяризации вопросов питания среди молодёжи и широкой публики, создания онлайн-курсов и чат-бота здорового питания
- **Исследование питания студентов** Калининградской области **было проведено** в 2020 и 2022 году с количеством студентов, принимавших участие, 1206 и 1260 человек соответственно
- **Мониторинг питания будет проводиться ежегодно**



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

- На основании мониторинга питания студентов и рекомендаций Роспотребнадзора по проведению образовательных мероприятий в области здорового питания была **разработана ЛЕКЦИЯ-ВИКТОРИНА**, в которой в игровой форме изучаются вопросы здорового питания. Лекция-викторина адаптирована исходя из:
 - уровня получаемого образования
 - учебного учреждения (для студентов)
 - наиболее характерных для определенного возраста привычек в питании



ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

- Поднимает **тему здорового питания среди учащейся молодёжи** на следующих уровнях путём участия в конференциях, конкурсах, написания статей:

- учебное заведение
- город
- регион
- страна

- Итоги популяризации:

Теоретические:

- участие в научных конференциях
- победа во Всероссийских конкурсах
- публикация научных статей

Практические:

- обратная связь целевой аудитории
- рекомендации для учебных заведений
- внесение изменений в меню столовых



ОТЧЕТЫ ПИТАНИЯ ДЛЯ РУКОВОДСТВА ВУЗОВ И КОЛЛЕДЖЕЙ

- Позволяет **колледжам и вузам** грамотно **формировать воспитательную работу** в области **питания**, исходя из характеристик мониторинга питания студентов
- Позволяет регулировать и корректировать работу столовых при учебных заведениях по запросам студентов:
 - увеличить ассортимент (например, в пользу фруктов, овощных салатов, горячих блюд из картофеля и др.)
 - улучшить качество реализуемых блюд (температура подачи, свежесть, запах и тд.) и др.



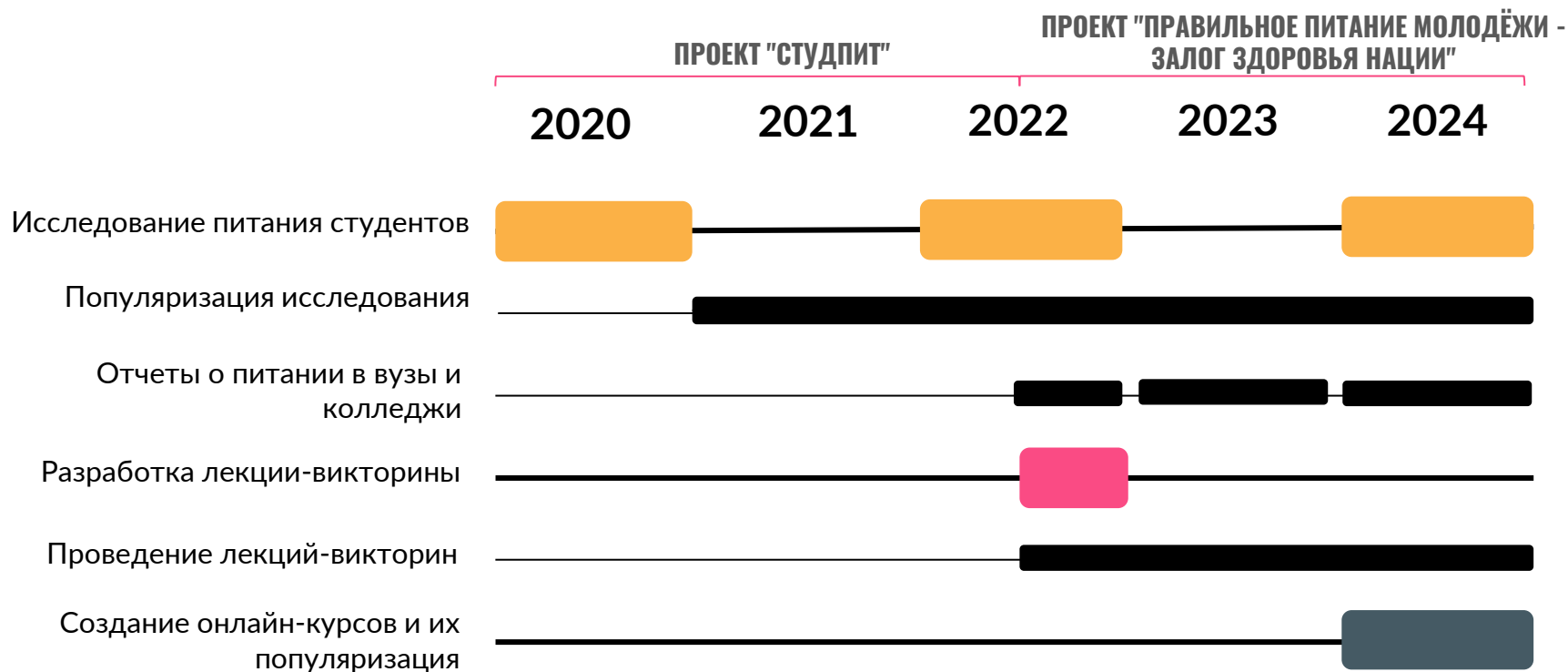
ОНЛАЙН-КУРСЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ*

- Позволят **популяризовать принципы здорового питания** в доступной форме и в удобное время **каждому студенту и школьнику региона и страны**
- Будут основаны на:
 - анализе питания студентов
 - обратной связи по лекции-квиз от студентов и школьников и анализе ответов на лекцию

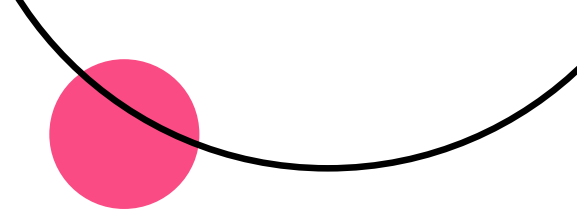
*находятся в разработке



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА



ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА



7

научных статей

было написано на тему
питания студентов
Калининградской области

14

**колледжей и вузов
региона**

приняли участие в
исследовании

1030

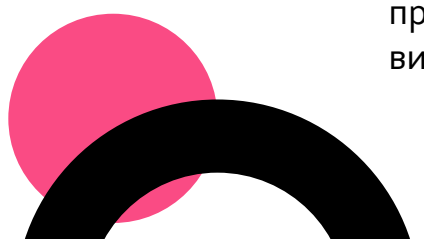
**студентов
и школьников**

приняли участие в лекции-
викторине

1260

студентов

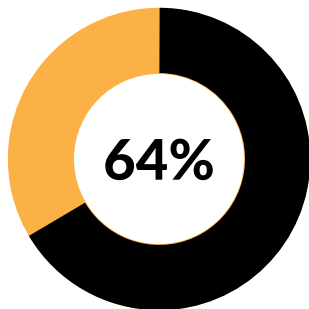
приняли участие в
исследовании в 2022 году
И 1206 студентов
в 2020 году



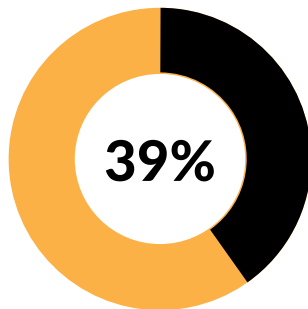
ПОЛЬЗА ПРОЕКТА



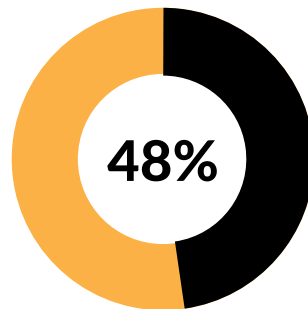
О принципах здорового питания*



расскажут
родным



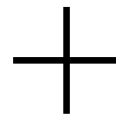
расскажут
друзьям



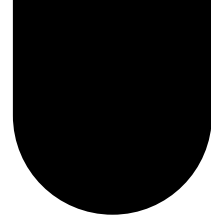
расскажут всем
вокруг

* по результатам обратной связи по лекции-викторине

** вопрос в возможности множественного выбора ответов



ПОМОЩЬ ПРОЕКТА



Проект содействует реализации **Нацпроекта «Демография»** и в рамках него **Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья»** в части здорового питания

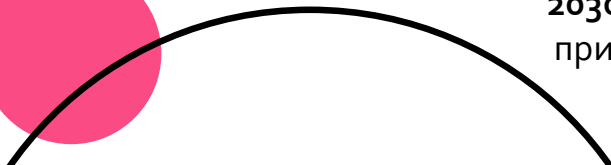


Проект содействует реализации **Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года** в части здорового питания
и

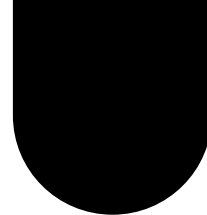
Стратегии повышения качества пищевой продукции в Российской Федерации до 2030 года в части продвижения принципов здорового питания



Проект содействует региональной программе **"Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек"**



КОМАНДА ПРОЕКТА



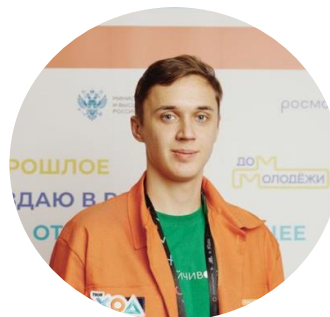
**Альшевская Марина
Николаевна**

Наставник
К.т.н., преподаватель физиологии
питания в КГТУ, заместитель
директора института



**Кочина Анастасия
Антоновна**

Преподаватель лекций-викторин
о здоровом питании
Магистрант 2 курса обучения в
Калининградском
государственном техническом
университете



**Меньшенин Александр
Сергеевич**

Ответственный за
медиасопровождение проекта
Аспирант 1 курса обучения в
Калининградском
государственном техническом
университете



**Шилова Александра
Александровна**

Ответственная за проведение
мониторинга питания
Бакалавр 3 курса обучения в
Калининградском
государственном техническом
университете