



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Agnieszka Puzio-Dębska

---

## **1000 PIERWSZYCH DNI DLA ZDROWIA, ROZPOCZYNAMY DZIAŁANIA W MŁAWIE**

Publikowane od

28.05.2014 00:00:00

Publikowane do

28.06.2014 00:00:00



28 maja w godzinach 16:30 – 18:30 w Klubie Aktywności Społecznej w Mławie przy ul. Mariackiej 20, odbędą się zajęcia informacyjno-szkoleniowe programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia”, realizowanego przez Bank Żywności w Ciechanowie i Fundację Nutricia.

**Program „1000 pierwszych dni dla zdrowia” został stworzony przez Fundację NUTRICIA, a realizowany jest przez szeroką koalicję partnerów m.in. przez Fundację Bank Żywności w Ciechanowie na terenie trzech powiatów: ciechanowskiego, mławskiego i płońskiego.**

Celem programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia” jest edukacja rodziców, opiekunów oraz kobiet w ciąży w zakresie zasad prawidłowego odżywiania dzieci do lat 3, poprzez upowszechnianie i propagowanie 6 złotych zasad zdrowego żywienia dzieci na 1000 pierwszych dni życia. Adresatami akcji edukacyjnych będą również rodziny ubogie, zagrożone wykluczeniem społecznym – wśród tej grupy problem powielania złych nawyków żywieniowych jest największy. Projekt realizowany jest od maja do listopada 2014 roku.

### ***GENY TO NIE WSZYSTKO***

1000 pierwszych dni to czas, w którym mamy realny wpływ na jakość życia dziecka teraz i... w przyszłości. W tym czasie zachodzi tzw. programowanie żywieniowe we wczesnym okresie życia – proces warunkujący prawidłowe funkcjonowanie organizmu także w dorosłości. Niestety w Polsce dzieci nie są żywione prawidłowo. Badanie zrealizowane przez Instytut Matki i Dziecka we współpracy z Fundacją NUTRICIA pt. „Kompleksowa ocena sposobu żywienia dzieci w wieku 13-36 miesięcy w Polsce” wykazało, że tylko 45,5% badanych dzieci miało prawidłowy wskaźnik masy ciała (BMI), 27,5% dzieci było z nadwagą i otyłością, tyle samo miało niedobór i znaczny niedobór masy ciała. 80% badanych dzieci miało dietę niedoborową w wapń i witaminę D, co ma związek z licznymi błędami żywieniowymi, popełnianymi przez dorosłych.

„Bank Żywności w Ciechanowie dostrzega problem małej świadomości dotyczącej zasad prawidłowego odżywiania i wpływu złych nawyków żywieniowych na stan zdrowia dzieci. Wspólnie z partnerami, takimi jak ośrodki pomocy społecznej czy szkoły rodzenia chcemy dotrzeć z informacjami na temat pozytywnych nawyków żywieniowych do dużej grupy rodziców i opiekunów małych dzieci z rodzin

najuboższych, objętych pomocą żywnościową oraz do kobiet ciężarnych - przyszłych matek - mówi Dorota Jezierska - prezeska Banku Żywności w Ciechanowie i koordynatorka projektu- Zainteresowanie zajęciami jest ogromne, prawie na każdym szkoleniu mamy więcej uczestników niż przewidywaliśmy. Świadczy to o ogromnych potrzebach w zakresie edukacji żywieniowej, jednocześnie cieszy fakt, że rodzice chcą się uczyć."

Pierwsze spotkania odbyły się w ciechanowskim MOPS oraz w przedszkolu „Akademia Młodych Odkrywców". Na kolejne zapraszamy 1 czerwca do Płońska.

*źródło: Fundacja Bank Żywności w Ciechanowie*

---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/arttykul/1000-pierwszych-dni-dla-zdrowia-rozpozynamy-dzialania-w-mlawie>