



nr.4/05.06.2024

COMUNICAT DE PRESĂ

SĂNĂTATEA DIN FARFURIE

Final de proiect

Proiectul „**Sănătatea din farfurie**”, derulat de *Asociația copiilor și tinerilor cu diabet din județul Constanța “Sweet Land”*, împreună cu *Inspectoratul Școlar Județean Constanța* și *Societatea Națională Nuclearelectrica S.A.*, a ajuns la final.

De această dată, liceenii au fost grupul nostru țintă.

Echipa noastră, formată din medici și voluntari, a mers în cinci licee și colegii din județul Constanța, unde învață liceeni diagnosticați cu diabet și a susținut ore de educație informală, având ca temă centrală **DIABETUL și ALIMENTAȚIA SĂNĂTOASĂ**.

Am fost în următoarele instituții de învățământ:

- ❖ **COLEGIUL COMERCIAL "CAROL" CONSTANȚA**
- ❖ **LICEUL "LUCIAN BLAGA" CONSTANȚA**
- ❖ **LICEUL "EMIL RACOVIȚĂ" TECHIRGHIOI**
- ❖ **LICEUL TEORETIC "NEGRU-VODĂ"**
- ❖ **LICEUL TEORETIC "ANGHEL SALIGNY" CERNAVODĂ.**

Peste 500 de elevi au asistat la orele informale de nutriție, susținute în cadrul proiectului "Sănătatea din farfurie" și au aflat:

- ✓ *cum pot acorda primul ajutor unei persoane cu diabet, atunci când îi scade glicemia;*
- ✓ *care sunt simptomele diabetului zaharat la copii și tineri;*
- ✓ *dacă diabetul de tip 1 este sau contagios*
- ✓ *dacă diabetul poate fi prevenit*

- ✓ *cum citim corect etichetele produselor; alegem produse cu un anumit conținut de zahar sau produse cu "zero zahăr"?*
- ✓ *cât de importantă este dieta unui copil cu diabet și dacă are o alimentație mai sănătoasă decât o persoană nondiabetică*

De asemenea, am avut dezbateri legate de consumul de dulciuri și diabet și am demontat mituri referitoare la acest diagnostic.

Un mare impact în rândul tinerilor l-a avut jocul de rol, prin care am exemplificat cum ia prânzul un tânăr cu diabet și unul fără diabet.

Liceenii au fost interesați și de piramida alimentelor sănătoase și farfuriile gigant cu ajutorul cărora am alcătuit împreună, meniuri sănătoase.

Inițiativa noastră s-a bucurat de interes din partea liceenilor incluși în grupul țintă al proiectului, așa că ne gândim să continuăm astfel de acțiuni în școli și licee, pentru a crește gradul de informare legat de DIABET.

Proiectul SĂNĂTATEA DIN FARFURIE s-a derulat în perioada ianuarie-iunie 2024 și are o valoare de 12.500 lei, finanțată integral de SNN. A avut ca scop creșterea numărului de persoane care dețin cunoștințe despre un stil de viață sănătos pentru a contribui la sănătatea comunității, bunăstare socială și armonie.

- *Cine suntem noi?*

Asociația copiilor și tinerilor cu diabet din județul Constanța „Sweet Land” este un ONG care apără drepturile copiilor și tinerilor cu diabet, oferă educație, informare, suport. Suntem sprijiniți de Coaliția pentru Diabetul Juvenil și Forumul Român de Diabet ai căror membri suntem. Toată echipa noastră se implică voluntar.

- *În acest proiect, ne este partener Societatea Națională „Nuclearelectrica” S.A.*

SN Nuclearelectrica SA a lansat platforma de responsabilitate sociala “Nucleu de bine”, care urmeaza directiile strategice si viziunea companiei de a construi un viitor durabil pentru generatia viitoare, atat prin productia de energie curata la standarde de excelenta, cat si prin impactul socio-economic pe care il are in Romania. Prin intermediul acestei platforme am obtinut finantare pentru derularea proiectului “Sănătatea din farfurie”
www.nuclearelectrica.ro

Liliana Moldoveanu – președinte Asociația copiilor și tinerilor cu diabet din județul Constanța “Sweet Land”

Site: www.sweetland.ro

Email: sweetlandconstanta@gmail.com

Tel: 0743 17 86 17

Facebook: Asociația Sweet Land Constanta

Instagram: asociatia_sweetland_constanta

**Responsabil comunicare din partea Sweet Land – Florentina Stan
0720457610**







