



nr.3/16.05.2024

COMUNICAT DE PRESĂ

SĂNĂTATEA DIN FARFURIE

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 într-o nouă etapă: desfășurarea unei campanii de informare în rândul liceenilor, care va dura până la finele anului școlar.

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

Medicii îi vor învăța pe liceeni și cum pot acorda primul ajutor unei persoane cu diabet, atunci când îi scade glicemia.

Ora de nutriție se va desfășura la: Colegiul Comercial "Carol" Constanța, Liceul "Lucian Blaga" Constanța, Liceul "Emil Racoviță" Techirghiol, Liceul Teoretic "Negru-Vodă" și Liceul Teoretic "Anghel Saligny" Cernavodă.

În interacțiunea de la clase, vom folosi farfuria gigant cu imaginea alimentelor, cu ajutorul cărora vom compune meniuri sănătoase. Nu vor lipsi jocurile de rol, prin care liceenii vor vedea cum se pregătește de masă un tânăr diabetic dar nici sfaturile despre cum alegem alimentele pe care le consumăm.

Elevii se vor familiariza, în cadrul întâlnirii de o oră, cu: recunoașterea alimentelor sănătoase/mai puțin sănătoase, citirea etichetelor, nevoia nutrițională la fiecare segment de vârstă, recunoașterea conținutului alimentelor în glucide (cu absorbție rapidă și lentă), lipide, proteine, rolul zahărului în viața noastră (cu accent pe acordarea primului ajutor în scăderea glicemiei persoanelor cu diabet zaharat, folosind glucide cu absorbție rapidă).

Proiectul SĂNĂTATEA DIN FARFURIE se derulează în perioada ianuarie-iunie 2024 și are o valoare de 12.500 lei, finanțată integral de SNN. La finalul acestuia, ne dorim 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 urmează direcțiile strategice și viziunea companiei de a construi un viitor durabil pentru generația viitoare, atât prin producția de energie curată la standarde de excelență, cât și prin impactul socio-economic pe care îl are în România.

Nuclearelectrica, singurul producător de energie nucleară din România, are un rol major la nivel național, contribuind cu aprox. 20% energie nucleară la producția totală de energie prin exploatarea celor două unități Candu, Unitățile 1 și 2 ale Centralei Nuclearelectrice de la Cernavodă, fiecare cu o putere instalată de producție de 700 MW. În același timp, energia nucleară fiind o sursă curată de energie (fără emisii de CO₂), Nuclearelectrica contribuie cu 33% la producția totală de energie fără emisii de CO₂ din România și evită astfel eliberarea a aprox. 10 mil tone CO₂ anual.

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*

“SĂNĂTATEA DIN FARFURIE”

Campanii de informare în școli

Proiectul care își propune să le vorbească elevilor despre diabet și nutriție prin metoda non-formală

- ☞ Ce sunt caloriiile?
- ☞ Ce nevoi nutriționale avem în funcție de grupa de vârstă?
- ☞ Care sunt alimentele sănătoase dar și cele mai puțin sănătoase?
 - ☞ Care este rolul zahărului în viața noastră?
 - ☞ De unde ne luăm energia?
- ☞ Cum acordăm primul ajutor unei persoane cu diabet atunci când îi scade glicemia?

Proiect realizat cu sprijinul SN NUCLEARELECTRICA SA



Datele de contact:

Asociația copiilor și tinerilor cu diabet din județul Constanța „Sweet Land”

📍 Strada Ștefan Mihăileanu nr. 97, Constanța

☎ 0743178617

✉ sweetlandconstanta@gmail.com

🌐 www.sweetland.ro

📱 @asociația_sweetland_constanta

📍 Asociația Sweet Land Constanța