

Zöldség- és gyümölcsfogyasztást  
ösztönző, komplex promóciós  
program az óvodák számára

EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ PROGRAM  
• BUGYULÓFALVA SZOCIÁLIS SZÖVETKEZET •



## Tisztelt Szülők!

Közismert tény, hogy a kisgyermek és családjaik szemléletformálása nagyon fontos az egészség, **egészségmegőrzés** szempontjából. A Bugyulófalva Szociális Szövetkezet ezért – a Kíváncsiak Klubja mellett – szemléletformáló egészségmegőrző program kialakítására vállalkozott. A kialakított program célja óvodások egészséges szemléletének fejlesztése, melyet elsősorban a különböző gyümölcsök és zöldségek **idény szerinti kóstoltatásával és az életkoruknak megfelelő játékos programokkal** kíván elérni.

A program kidolgozása során a szülők egészséggel kapcsolatos érdeklődését is figyelembe vettük: különböző előadások tartásával, vetélkedők szervezésével („recept-verseny”) kívánunk még hozzájárulni a családok programba való bevonásához.

[www.bugyulo.hu](http://www.bugyulo.hu)

# Mi az egészségmegőrző program célja?

- óvodások és családjaik egészségmagatartásbeli szemléletének fejlesztése,
- az **élménypedagógia** eszközeit alkalmazva a szezonális gyümölcsök és zöldségek megismertetése és megszerettetése a gyerekekkel.

Az ismeretátadás során **vizuális** promóciós segédanyagok kialakításával törekszünk a **játékos** módszerek alkalmazására, és lehetőség szerint építünk az **interaktív, digitális** kommunikációs felületekre is.

## Az egészségmegőrző program elemei:

- idénynek megfelelő zöldség/gyümölcsök és gyümölcslevek kóstoltatása az óvodásokkal,
- családi nap szervezése (előadásokkal, vetélkedőkkel, együtt készített ételek kóstolásával),
- egészségnap szervezése, melynek témája az egészséges táplálkozás. Igény esetén gyermekneveléssel, gyakran előforduló betegségekkel/érzékenységekkel kapcsolatos témákban – meghívott szakemberekkel – előadások tartása,
- gazda-látogatás, ahol a gyümölcs/zöldség termesztésének környezetét ismerik meg a gyerekek.

## További célok, fenntarthatóság:

A szezonális kóstoltatásokat – támogatók bevonásával – szeretnénk úgy bővíteni, hogy az óvodákba (**dobozrendszerben**) heti szinten **friss, helyi és minőségi zöldség, és gyümölcs kerüljön**.

Az egyes eseményekről (kóstoltatás, családi/egészségnapok, gazdalátogatás) az óvodák külön értesítik Önöket. Az egyes foglalkozások összeállításához szívesen vesszük az Önök témajavaslatait, melyet kérjük, hogy gyermeke óvodájába – vagy közvetlen elérhetőségeinkre – juttassanak el számunkra.

Támogatásukat megköszönve, üdvözlettel:

Dátum:

.....  
Bugyulófalva Szociális Szövetkezet