

OGYÉI/59245-12/2021

Budapest, 2021. szeptember 21.

Zoltai Anna

elnök

Közétkeztetők, Élelmezésvezetők

Országos Szövetséges

zoltai.anna@zolann.hu

hirlevel.kozszov@gmail.com

*Tárgy: Tájékoztatás Aqua Challenge hónap
meghirdetéséről*

*Ügyintéző: Hajdú Katalin, Szilfai Nikolett, Zentai
Andrea, Feigl Edit*

Melléklet: AC plakát

Tisztelt Elnök Asszony!

Tájékoztatásul közöljük, hogy 2021. október 1-től az OGYÉI 30 napos vízivás kihívást hirdet meg a közösségi médiában Aqua Challenge néven, melyet az EMMI Egészségügyért Felelős Államtitkársága is támogat.

Nem lehet eléggé hangsúlyozni a helyes táplálkozás szerepét az egészségmegőrzésben. A túlsúly, az elhízás és az ezekhez kapcsolódó betegségek világszerte óriási terhet rónak az egészségügyi ellátórendszerre. A megelőzés, a terhek csökkentése mindannyiunk közös érdeke.

A kihívás célja, hogy felhívjuk a figyelmet a megfelelő minőségű és mennyiségű folyadékfogyasztás fontosságára. Az Aqua Challenge hónap során az önkéntes résztvevők kizárólag vízzel pótolhatják folyadékszükségletüket. A felhívás jó lehetőség arra, hogy bárki megtapasztalja: egyetlen apró változtatással is nagy lépést tehetünk az egészségesebb életmód felé. A kihívás teljesítése erőt, lendületet adhat további, az egészség megőrzését támogató terveink megvalósításához.

A vízivásnak nincs akadálya az iskolákban sem: amellet, hogy minden nevelési-oktatási intézményben van vezetékes víz, az OGYÉI által végzett reprezentatív felmérés alapján 2017-ben már az iskolák háromnegyedében biztosítva volt a mosdón kívüli vízvétel is (elsősorban ivóutak révén).¹

Hogy a kihívást minél többen sikeresen teljesítsék, az **Élj könnyebben!** – merokanal.hu Facebook-oldalon minden nap praktikus tanácsokat és hasznos, hiteles információkat, plakátokat teszünk közzé a vízfogyasztással kapcsolatban.

¹ <https://www.ogyei.gov.hu/dynamic/Orszagos%20iskolai%20MENZA%20k%C3%B6rkepe%202017%20webre.pdf>

Gondoskodunk arról is, hogy a motiváció se csökkenjen: a kihívás minden hetén nyereményjátékot is meghirdetünk.

Az ajándékok megszerzéséhez nincs más teendő, mint csatlakozni az október 1-jén induló Aqua Challenge kihíváshoz a Facebookon és követni a játékszabályokat. Az igazi nyertesek persze azok, akik bizonyítják maguknak, hogy képesek tenni az egészségükért azzal, hogy mindössze 30 napon át tudatosan fogyasztanak folyadékot, megfelelően hidratálják szervezetüket, így fokozzák teljesítményüket és kerülik a felesleges kalóriabevitelt.

Feltett szándékunkban áll a felnőtt lakosságon túl, a fiatalok és iskolás gyermekek bevonása is a programba, ehhez szeretnénk kérni Elnök Asszony segítségét is. Kérjük, továbbítsa felhívásunkat a közétkeztetők és ételmezésvezetők felé, hogy a kihívás ideje alatt az Aqua Challenge feltételeinek megfelelően vízzel olthassák szomjukat a gyermekek az iskolai és óvodai étkezések során, s közös erővel segítsük a gyermekek egészséges fejlődését és egészségtudatosság kialakítását.

Szíves segítségét köszönjük!

Tisztelettel,

Feigl Edit
főigazgató-helyettes