

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Έργο MedLS - Πρόγραμμα «Μεσογειακός Τρόπος Ζωής»

Η Περιφέρεια Ηπείρου / Περιφερειακή Ενότητα Ιωαννίνων, στο πλαίσιο των προσπαθειών της για προώθηση και προβολή των παραδοσιακών τοπικών προϊόντων, υλοποιεί το Πρόγραμμα «Μεσογειακός Τρόπος Ζωής» (MedLS) που εντάσσεται στο Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Διασυνοριακής Συνεργασίας «Ελλάδα-Ιταλία 2007-2013» και συγχρηματοδοτείται κατά 75% από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης και κατά 25% από εθνικούς πόρους της Ελλάδας και της Ιταλίας.

Στόχος του προγράμματος

Κύριος στόχος του προγράμματος είναι η ενίσχυση και η προώθηση του τουρισμού και του πολιτισμού των Ελληνικών και Ιταλικών περιοχών, μέσω της δημιουργίας μιας κοινής επωνυμίας «Μεσογειακός Τρόπος Ζωής», η οποία θα σηματοδοτεί τις τοπικές ιδιαιτερότητες στους πιο αντιπροσωπευτικούς τομείς: γαστρονομία, χαρακτηριστικά προϊόντα, φυσικοί και πολιτιστικοί πόροι, προϊόντα χειροτεχνίας.

Το πρόγραμμα στοχεύει στη δημιουργία ενός δικτύου με κοινό σήμα «MedLS», που θα χρησιμοποιηθεί για τη σήμανση όλων των επιχειρήσεων, των παραγωγικών διαδικασιών και των υπηρεσιών στο χώρο των παραδοσιακών προϊόντων και του τουριστικού τομέα, ενώ θα προσελκύσει και νέα μέλη που επιθυμούν να συμμετάσχουν στο Δίκτυο.

Υλοποίηση έρευνας στο πλαίσιο του προγράμματος

Στο πλαίσιο υλοποίησης του προγράμματος διενεργήθηκε έρευνα με την αμέριστη συμπαράσταση της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ιωαννίνων, η οποία πραγματοποιήθηκε σε σχολεία της , με σκοπό την εκπόνηση συμπερασμάτων για τον βαθμό υιοθέτησης του μεσογειακού τρόπου ζωής, ο οποίος βασίζεται στην μεσογειακή διατροφή και άσκηση και πόσο αυτός επηρεάζει τις σχολικές επιδόσεις και τις εξωσχολικές δραστηριότητες.

Η έρευνα διεξάχθηκε σε παιδιά ηλικίας 6-10 ετών από 7 δημοτικά σχολεία της Π.Ε. Ιωαννίνων. Σε ποσοστό 80% περίπου, τα παιδιά δήλωσαν πως η γυμναστική είναι ιδιαίτερα σημαντική γι' αυτά, αποτελεί μέρος της καθημερινότητάς τους και συμμετέχουν σε κάποιο αθλητικό σωματείο. Διαπιστώθηκε επίσης πως σε ποσοστό 71% τα παιδιά έχουν κανονικό βάρος.

Σε ποσοστό 80% τα παιδιά φαίνεται να μην αντιμετωπίζουν μαθησιακές δυσκολίες και έχουν καλές επιδόσεις στα μαθήματα τους. Όσο αναφορά τις διατροφικές τους συνήθειες διαπιστώθηκε πως σε υψηλά ποσοστά τρώνε τα γεύματα της ημέρας με μέλη της οικογένειάς τους, κάτι που μπορεί να οδηγήσει σε δημιουργία καλύτερης διατροφικής συμπεριφοράς. Έχουν μέσα στη διατροφή τους την κατανάλωση τυροκομικών προϊόντων, ψάρια, φρούτα (το 65% δηλώνει ότι τα καταναλώνει καθημερινά) και κρέας (50% καταναλώνει 1 φορά την εβδομάδα), σε εβδομαδιαία βάση.

Καταγράφηκε δε πως τρόφιμα που δεν θεωρούνται υγιεινά και δρουν αρνητικά στην υγεία, καταναλώνονται από τα παιδιά με μέτρο.

Τέλος σε ερωτήσεις σχετικά με τη χρήση Η/Υ και της τηλεόρασης, διαπιστώθηκε πως τα παιδιά τα χρησιμοποιούν καθημερινά σε υψηλά ποσοστά, αλλά όχι για πολύ ώρα. Η χρήση τους όμως αυξάνεται κατά την διάρκεια των Σ/Κ. Έχει διαπιστωθεί πως η χρήση των παραπάνω “κλέβει” χρόνο από την σωματική άσκηση.

Τα συμπεράσματα που εξάχθηκαν από την παραπάνω έρευνα μας βοηθούν να κατανοήσουμε πόσο έχουμε ενσωματώσει τον Μεσογειακό Τρόπο ζωής στην καθημερινότητά των παιδιών και τη δική μας κατ’ επέκταση. Σε επόμενες δράσεις του έργου θα προγραμματιστούν επισκέψεις στα συνεργαζόμενα σχολεία, με την παρουσία διατροφολόγου και σεφ, προκειμένου τα παιδιά να ακούσουν και να δουν τα οφέλη της Μεσογειακής Διατροφής.