



Tisztelt Igazgató Asszony/Igazgató Úr!

A HAPPY-hetet az érvényben lévő digitális oktatás mellett és ahhoz igazítva tartja meg az OGYÉI. Erről már tájékoztattuk a regisztrált intézményeket és a merokanal.hu/happyhet oldalon is hírt adtunk róla.

A regisztrációs határidőt meghosszabbítjuk: 2021. március 22., 8:00-ig van lehetőségük regisztrálni az óvodáknak és iskoláknak, az alábbi (merokanal.hu weboldalon is elérhető) linkeken:

- óvodai regisztráció: <https://www.surveymonkey.com/r/happyhetovodaregisztracio2021>
- iskolai regisztráció: <https://www.surveymonkey.com/r/happyhetiskolairegisztracio2021>

Döntésünket alapvetően meghatározta, hogy változatlanul bízunk a pedagógusokban, akik a program elmúlt 10 évében számtalanszor bizonyították kreativitásukat, és akik egy szokatlanul nehéz helyzetben is helyt állnak egy teljes éve. Az általunk megkérdezett pedagógusok is megerősítették továbbá, hogy a digitális tanrendben (illetve az óvodások szülőkön keresztül elérésével) is meg tudnak valósítani olyan projekteket a fiatalokkal, melyek fókuszában az egészséges folyadékpótlás áll.

Az OGYÉI által felkínált programötletek (<https://merokanal.hu/happy-het/letoltheto-segedanyagok/>) nagy része is átalakítható a megváltozott körülményeknek megfelelően és új ötletekkel is bővítjük a repertoárt, de hangsúlyozzuk, hogy a pedagógusok a saját ötleteiket is megvalósíthatják. Az elsődleges cél, hogy a gyerekek pozitív élményeket társítsanak az ivóvízhez és szórakoztató, játékos feladatokon, interaktív oktatáson keresztül megértsék, hogy miért ez a legjobb szomjoltó.

Néhány ötlet arra, hogyan alakíthatók át az OGYÉI által ajánlott programelemek:

- A HAPPY-hét hivatalos ppt-prezentációnak bemutatására a digitális oktatás keretében is lehetőség van.
- „Vízidő” (az iskolai csengőt kiváltó szignál, ami vízivásra figyelmeztet) helyett indíthatják az online órákat közös vízivással, virtuális koccintással.
- „Vízbárt” ki-ki maga alakíthat ki az otthonában és ajánlhatja a különböző ízű frissítőket a családtagjainak.
- A HAPPY-hét hivatalos plakátjai, melyek letölthetők a merokanal.hu weboldalról, e-mailben kiküldhetők a gyerekeknek, szülőknek.
- Személyre szabott poharat, kulacsot készíthetnek otthon is a gyerekek.
- A „vízpróbának” keresztelt sportverseny helyett előírhatnak a gyerekeknek 10 egyensúly és/vagy erősítő gyakorlatot, melyet vizesflakon segítségével végezhetnek.
- A „vízizsaruk” feladata az iskolatársak egészségének őrzése helyett ezúttal lehet a családról való gondoskodás: a gyerekek figyelmeztethetik a nagyszülőket, szülőket, testvéreket a rendszeres vízivásra és/vagy a cukrosüdítő-fogyasztás csökkentésére.

Arra bátorítunk mindenkit, hogy ne arra koncentráljon, hogy mi az, ami az idei HAPPY-hét során nem lesz megvalósítható, hanem tekintsen az új helyzetre a megújulás lehetőségeként! Azzal, hogy az óvodások és iskolások idejük nagy részét most otthon töltik, lehetőség nyílik arra, hogy a HAPPY-hét üzenetei a család többi tagjához is eljussanak. Különösen nagy jelentősége lehet ennek a járvány jelenlegi szakaszában, hiszen az immunrendszer normál működésének fenntartásához az egészséges, változatos táplálkozás és a megfelelő folyadékbevitel is hozzájárul. Úgy gondoljuk továbbá, hogy azzal, hogy a HAPPY üzenetei most a szülőkhöz is hamarabb, hatékonyabban elérhetnek, a gyermekkori túlsúly, elhízás előfordulása és mértéke is csökkenthető. Az oktatási-nevelési intézmények bezárása miatt megvan a veszélye annak, hogy a gyerekek kevesebbet mozognak és/vagy nő az energiabevitelük, ami szükségszerűen testsúlygyarapodáshoz vezet. Ilyen szempontból is nagy feladat hárul most a szülőkre, ezért reméljük, hogy a HAPPY-hét megtartása révén hozzájárulhatunk az egészséget szolgáló otthoni táplálkozási szokások kialakításához, fenntartásához.

Kérdés esetén forduljanak hozzánk bizalommal!

Projektkoordinátor: Szilfai Nikolett

Kapcsolattartó: Hajdú Katalin

Telefon: +36304299814

E-mail: happyhet@ogyei.gov.hu

Weboldal: <https://merokanal.hu/happy-het/>