Σύντομη Περιγραφή του Προγράμματος ΕΥΖΗΝ (Εθνική δράση Υγείας για τη ΖωΗ των Νέων)

Το πρόγραμμα ΕΥΖΗΝ αποτελεί ένα πρωτοποριακό πρόγραμμα του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου, το οποίο υλοποιείται από το 2012 σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας & Θρησκευμάτων, με κεντρικό άξονα την προαγωγή της υγείας του παιδικού πληθυσμού της Ελλάδας, μέσα από την υιοθέτηση ισορροπημένων συνηθειών στον τρόπο ζωής. Το πρόγραμμα ΕΥΖΗΝ υλοποιείται **με βάση 3 άξονες: (1)** την **αξιολόγηση** παραμέτρων υγείας σε παιδιά και έφηβους, **(2)** την **ενημέρωση-εκπαίδευση** μαθητών, γονέων, εκπαιδευτικών, επαγγελματιών υγείας και φορέων, καθώς και **(3)** την **παρέμβαση** στο σχολείο, την οικογένεια, και το σύνολο της κοινωνίας.

Ο **άξονας «Αξιολόγηση»** του ΕΥΖΗΝ υλοποιείται σε ετήσια βάση από το 2012, και στο πλαίσιο αυτού, πραγματοποιείται **καταγραφή και αξιολόγηση του ρυθμού ανάπτυξης, των διατροφικών συνηθειών, του επιπέδου σωματικής δραστηριότητας και της φυσικής κατάστασης μαθητών** από όλες τις εκπαιδευτικές βαθμίδες και όλες τις γεωγραφικές Περιφέρειες της Ελλάδας. Συγκεκριμένα κατά τα σχολικά έτη 2012-2015 αξιολογήθηκαν συνολικά 1.200.000 παιδιά και έφηβοι, και για πρώτη φορά στην Ελλάδα τα αποτελέσματα των αξιολογήσεων παραδόθηκαν στους γονείς, παρέχοντας εξατομικευμένη ανατροφοδότηση για κάθε μαθητή (Ατομική Αναφορά Ανάπτυξης, Διατροφής και Φυσικής Κατάστασης Μαθητή). Στόχος ήταν όχι μόνο η ενημέρωση αλλά κυρίως η ευαισθητοποίηση των γονέων σχετικά με την κατάσταση υγείας των παιδιών τους.

Ο **άξονας «Ενημέρωση - Εκπαίδευση»** του ΕΥΖΗΝ περιλαμβάνει ποικίλες δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του κοινού σε θέματα διατροφής, άσκησης και υγείας, μέσω ενημερωτικών άρθρων, newsletter, φυλλαδίων, και άλλου έντυπου υλικού, καθώς και μέσω εκπαιδευτικών παρουσιάσεων σε μαθητές και γονείς. Κατά τα τρία έτη υλοποίησης του προγράμματος, πραγματοποιηθήκαν συνολικά **περισσότερες από 200 εκπαιδευτικές παρουσιάσεις σε σχολεία όλης της Επικράτειας**, με θέματα γύρω από την υγεία, τη διατροφή, τη σωματική δραστηριότητα και την ανάπτυξη, αλλά και ειδικότερα θέματα, όπως η Μεσογειακή δίαιτα, η εικόνα σώματος και η διαχείριση βάρους, η σχολική επίδοση και η καταναλωτική συμπεριφορά. Επιπλέον, κατά το σχολικό έτος 2013-14 το ΕΥΖΗΝ εγκαινίασε ένα **δωρεάν πρόγραμμα διαδικτυακής τηλεκπαίδευσης (e-learning)**, το οποίο απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς και απαρτίζεται από μια σειρά διαλέξεων στα γνωστικά αντικείμενα της διατροφής, της σωματικής δραστηριότητας και γενικότερα της υγείας των παιδιών και των εφήβων. Κατά τους 4 πρώτους κύκλους του προγράμματος, η συμμετοχή των εκπαιδευτικών ήταν εξαιρετικά υψηλή, αγγίζοντας τις **4.000 εγγραφές από όλες τις εκπαιδευτικές βαθμίδες** (συνολικά περισσότερες από 55 ειδικότητες) και από διάφορες γεωγραφικές Περιφέρειες της χώρας.

Ο **άξονας «Παρέμβαση»** του ΕΥΖΗΝ περιλαμβάνει **προγράμματα παρέμβασης στην κοινότητα**, καθώς και **προγράμματα αγωγής υγείας στον χώρο του σχολείου**, μέσω δημιουργίας και επιμέλειας ολοκληρωμένου υλικού αγωγής υγείας και επιμέρους εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων για μαθητές όλων των εκπαιδευτικών βαθμίδων και παροχής τους σε όλους τους εκπαιδευτικούς της χώρας. Κεντρικός στόχος είναι η προώθηση ενός ισορροπημένου τρόπου ζωής και η διασφάλιση της υγιούς ανάπτυξης των παιδιών και των εφήβων. Επιπλέον, το ΕΥΖΗΝ κοινοποιεί σε ετήσια βάση τα αποτελέσματα της

αξιολόγησης των μετρήσεων των μαθητών της χώρας σε αρμόδιους κρατικούς φορείς και στην εκπαιδευτική κοινότητα, ώστε να δρομολογηθούν **εύστοχες πολιτικές υγείας** για τον μαθητικό πληθυσμό της χώρας και να διαμορφωθούν συστάσεις για το κοινωνικό σύνολο.

Οι δράσεις του προγράμματος ΕΥΖΗΝ ανά άξονα παρουσιάζονται συνοπτικά στο σχήμα παρακάτω: