

Χαιρετισμός Δημάρχου Αμαρουσίου κ. Γιώργου Πατούλη

στο 2^ο Συνέδριο Παιδειατροφή by Epode με θέμα:

«Απλός, Υγιεινός και Οικονομικός Τρόπος Διατροφής»

Κυρίες και κύριοι,

Σας καλωσορίζω στο 2^ο Συνέδριο Παιδειατροφής που έχουμε τη χαρά να φιλοξενούμε στον Δήμο Αμαρουσίου και είναι αφιερωμένο στον «Απλό, Υγιεινό και Οικονομικό Τρόπο Διατροφής».

Θα ήθελα ιδιαίτερα να καλωσορίσω και να ευχαριστήσω για την παρουσία του στο Συνέδριο, τον Γενικό Διευθυντή του Ευρωπαϊκού Δικτύου EPOD, κύριο Ζαν-Μισέλ Μπορζ.

Φίλες και φίλοι,

Το Διαδημοτικό Δίκτυο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης ΟΤΑ, του οποίου έχω την τιμή να είμαι Πρόεδρος, είναι μια Επιστημονική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία που ιδρύθηκε το 2005 με σκοπό να προωθήσει την έννοια της πρόληψης στην υγεία μέσα από την Τοπική Αυτοδιοίκηση. Σήμερα, έχει 124 Καλλικρατικούς Δήμους-Μέλη σε όλη την χώρα. Αποτελείται από μία Κεντρική Δομή που βρίσκεται στο Μαρούσι και από Περιφερειακές Δομές οι οποίες συνήθως στεγάζονται στις ήδη υπάρχουσες Δομές Υγείας ή Κοινωνικής Μέριμνας των Δήμων-Μελών.

Στόχοι του Διαδημοτικού Δικτύου Υγείας είναι η συνένωση των δυνάμεων των Δήμων στον τομέα της πρόληψης και της προαγωγής της υγείας για τη βελτίωση της ποιότητας των υπηρεσιών τους, η ανάπτυξη προγραμμάτων Πρόληψης στην Υγεία στους Δήμους – μέλη καθώς και η πραγματοποίηση ετήσιων συνεδρίων και τοπικών εκδηλώσεων για την ανάπτυξη θεμάτων πρόληψης που αφορούν στην Τοπική Αυτοδιοίκηση.

Στην κατεύθυνση αυτή, συμμετέχουμε και εμείς στο Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα «ΠΑΙΔΕΙΑΤΡΟΦΗ», με σκοπό την προώθηση του προγράμματος στους Δήμους – μέλη μας. Προς το παρόν, το Πρόγραμμα αναπτύσσεται σε 13 Δήμους, τόσο στην Αττική όσο και στην Περιφέρεια, προσφέροντας ουσιαστικές γνώσεις για το ζήτημα της υγιεινής διατροφής στα παιδιά και τους γονείς τους.

Ένας από τους Δήμους αυτούς είναι και ο Δήμος Αμαρουσίου. Στόχος μας, μέσα από τη συμμετοχή μας αυτή αλλά και μια σειρά δράσεων, είναι η εκπαίδευση και ευαισθητοποίηση του πληθυσμού στον υγιεινό και ισορροπημένο τρόπο διατροφής και στην καταπολέμηση της παιδικής παχυσαρκίας και η υιοθέτηση της καθημερινής άσκησης. Ιδίως για τους μικρούς μας φίλους.

Και αυτό γιατί γνωρίζουμε για παράδειγμα σήμερα πως νοσήματα που συνήθως εκδηλώνονται στην ενήλικη ζωή, όπως είναι η παχυσαρκία, η στηθάγχη, η αρτηριακή υπέρταση και ο διαβήτης τύπου II αρχίζουν από την παιδική ηλικία και μπορούν να προβλεφθούν εάν από νωρίς εφαρμόζεται ένα υγιεινό, ισορροπημένο διαιτολόγιο που θα περιλαμβάνει τις τέσσερις κύριες ομάδες τροφών: πρωτεΐνες, γάλα και γαλακτοκομικά, υδατάνθρακες, φρούτα και λαχανικά.

Σε αυτό το πλαίσιο, ο Δήμος Αμαρουσίου έχει λάβει πρωτοβουλίες που θωρακίζουν την υγεία των παιδιών μας και τους εξασφαλίζουν τη δυνατότητα να περνούν δημιουργικά τον ελεύθερο χρόνο τους..

- Σε όλα τα παιδιά (πάνω από 1.000) που φιλοξενούνται στους βρεφονηπιακούς σταθμούς του Δήμου Αμαρουσίου παρέχεται καθημερινά ένα επιστημονικά αποδεκτό διαιτολόγιο με υλικά πρώτης ποιότητας, πάντα φρέσκα και εποχής. Ιδιαίτερα μάλιστα για τα λαχανικά, που γνωρίζουμε ότι μελετήσατε επισταμένα όλο το προηγούμενο εξάμηνο στα πλαίσια του Προγράμματος της «Παιδιατροφής», εμείς τα εντάσσουμε καθημερινά σε όλα μας τα γεύματα.
- Μέσα από τα προγράμματα του Αθλητικού Οργανισμού Δήμου Αμαρουσίου, τα παιδιά της πόλης μας μπορούν να αθλούνται καθημερινά. Ενώ κάθε καλοκαίρι, ο Δήμος μας οργανώνει το Αθλητικό Camp που δίνει την ευκαιρία σε εκατοντάδες παιδιά να ασχολούνται με αθλητικές δραστηριότητες και να μην καταφεύγουν στην εύκολη και βλαβερή συνήθεια της τηλεόρασης και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών.
- Παράλληλα, στα καλλιτεχνικά τμήματα που λειτουργούν στο Κέντρο Τέχνης και Πολιτισμού, τα παιδιά αφήνουν τη φαντασία τους ελεύθερη, κοινωνικοποιούνται και εκφράζουν τις καλλιτεχνικές τους ανησυχίες.

Τέλος, να υπενθυμίσω ότι στο Δήμο Αμαρουσίου πραγματοποιούμε βιωματικά σεμινάρια σε Δημοτικά Σχολεία της πόλης ώστε να μεταδώσουμε το μήνυμα ότι η κίνηση και η άθληση, σε συνδυασμό με τις σωστές διατροφικές συνήθειες, χτίζουν τις βάσεις για έναν υγιή ενήλικα. Χαρακτηριστικό παράδειγμα, ο λαχανόκηπος που δημιουργήσαμε την προηγούμενη μόλις εβδομάδα στο 10^ο Δημοτικό Σχολείο.

Σε αυτή τη λογική κινείται και η διοργάνωση του σημερινού συνεδρίου με τον τίτλο «Απλός, Υγιεινός και Οικονομικός Τρόπος Διατροφής», το οποίο αποτελεί ακόμη μία παρέμβαση στο κοινωνικό σύνολο και στόχο έχει να αφυπνίσει την κοινή γνώμη για ένα τόσο σοβαρό θέμα, όπως η προάσπιση της υγείας μέσα από τη σωστή διατροφή.

Ιδιαίτερα, στη σημερινή δύσκολη οικονομικά συγκυρία που βιώνουμε όλοι μας, η σωστή και παράλληλα οικονομική διατροφή αποκτά μεγαλύτερη βαρύτητα και αποτελεί σε αριετές περιπτώσεις ζητούμενο.

Θα μπορούσε να πει κανείς ότι η φράση «η κρίση γεννά ευκαιρίες» βρίσκει απόλυτη εφαρμογή και στην προκειμένη περίπτωση. Με την έννοια ότι η οικονομική «στενότητα» μας υποχρεώνει όλες και όλους να στρέψουμε το βλέμμα μας πλέον και στο σπιτικό φαγητό. Στη δική μας κουζίνα. Στο δικό μας ψυγείο. Σε αγνά, μεσογειακά υλικά που μέχρι πρότινος δεν είχαν θέση στο καθημερινό μας τραπέζι. Με αυτή την έννοια, ίσως να προκύψει και κάτι καλό όσον αφορά τις καθημερινές διατροφικές μας συνήθειες.

Δεν είναι τυχαίο, άλλωστε, ότι όπως και σε όλους τους τομείς της ζωής, και για την καθημερινή μας διατροφή η απλότητα είναι το ζητούμενο.

Φίλες και φίλοι,

Αφού ευχαριστήσω τόσο τους ομιλητές, τους συντονιστές του Προγράμματος όσο και όλες και όλους εσάς για την παρουσία σας και την ευαισθησία που δείχνετε για ένα τόσο σημαντικό ζήτημα, επιτρέψτε μου να πω το εξής:

Ποτέ δεν είναι αργά να αλλάξουμε τις διατροφικές συνήθειες στα παιδιά μας (αλλά και σε εμάς τους ίδιους) και να τους εξασφαλίσουμε ένα καλύτερο μέλλον (και γιατί όχι με μεγαλύτερη οικονομία).

Ένα μέλλον που δεν θα υποθηκεύει την υγεία τους, ακόμη και την ίδια τους τη ζωή. Ένα μέλλον γεμάτο ευεξία και καλή διάθεση.

Εύχομαι καλή επιτυχία στις εργασίες του δεύτερου Συνεδρίου «Παιδείτροφής», τα αποτελέσματα και συμπεράσματα του οποίου θα μελετήσουμε επισταμένως.

Σας ευχαριστώ πολύ για την προσοχή σας.