

"בתיאבון" על קצה הלשון- תיווך טעימה לצוותי חינוך

חגית כהן ואורית מגלד בן אריה, דיאטניות תכנית "בתיאבון"- מדיניות מזון עיריית תל אביב- יפו.

באוקטובר 2015 חתמה עיריית תל אביב- יפו על אמנת מילאנו למדיניות מזון בעיר ובאוגוסט 2016 השיקה את תכנית **"בתיאבון – מדיניות מזון עירונית"**. תכנית חדשנית לקידום הנגישות והמודעות לתזונה בריאה ומקיימת לכל תושבי העיר והמבקרים בה. צוות התכנית, הכולל שתי תזונאיות קידום בריאות, יוזם, מקדם ומפתח פרויקטים בתחום התזונה המזינה והמקיימת במוסדות החינוך, בתנועות הנוער ובקהילה. הצוות מדרך צוותי חינוך, גורמים עירוניים, הורים וילדים.

תכנית ההדרכה לצוותי הגן תוכננה ליצור שינוי בעמדות ובהתנהגות בקרב הצוותים החינוכיים בשלב ראשון ובהמשך בקרב ילדי הגן ובני משפחותיהם. ההשתלמות פותחה בשיתוף פעולה עם האגף לחינוך קדם יסודי בעירייה, מפקחות משרד החינוך, מנהלת ותזונאיות התכנית, נציגי המחלקה לאיכות הסביבה ונציגי עמותת מהיום. ההכשרה לוותה בניטור והערכה- ראיונות עומק, סקרי שביעות רצון ושאלוני ידע ועמדות.

מתוך שלל הפעילויות של התכנית, נציג שני מודלים שבוצעו במסגרת התכנית, להדרכת צוותי חינוך, גנות וסייעות כאחד.

1. **הכשרה מקצועית ארוכה לצוותי הבוקר בגן**- הכשרה לבניית תשתית לגן מקדם בריאות בת 30 שעות (10 מפגשים).

ההשתלמות בנושא- תזונה בריאה ומקיימת ואורח חיים פעיל, התקיימה בשני מרחבים בשיתוף פעולה עם הגנות המובילות ובהתחשב בצרכי המרחבים. הושם דגש על השתתפות צוותי גן מלאים- גנות, סייעות וגנות משלימה. הצוותים בחרו מטרה ממוקדת לשינוי תזונתי לפי צרכי הגן, ניסחו את המטרה הרלוונטית לילדים, ובנו תכנית עבודה הכוללת פעילויות לשינוי התנהגות תוך כדי שימוש במודעות מטה- קוגניטיבית (תכנון, ניטור והערכה) הצוותים העמיקו את הלמידה על ידי לימוד עמיתים והציגו במליאה את הפעילות שהעבירו בגן.

כל גן שהשתתף בתכנית, קיבל ליווי מקצועי :

- א. נערכו סיורי תצפית והדרכה בגנים על ידי תזונאיות התכנית בליווי ובשיתוף הגנות המובילות, בכדי לסייע להטמעת התכנית והגברת הנראות בגן.
- ב. נערכה פעילות הדרכת הורים או הורים וילדים שכללה הכנת אוכל משותפת עם תזונאית התכנית, בהתאם למטרה שנבחרה.

2. **הכשרה מקצועית לצוותי הצהרונים**- גנות וסייעות 24 שעות (8 מפגשים).

נערכה הכשרה מעוררת שינוי אצל אשת החינוך וכפועל יוצא בסביבת הצהרון. מטרת ההכשרה- לסייע לצוותי הצהרונים לתווך טעימה ולחשוף את הילדים לטעמים השונים והחדשים אותם הם פוגשים בצהרון. הצוותים השתתפו בפעילויות חווייתיות ומעשירות ובדיונים יוצרי שינוי.

בעקבות ההשתלמות- מספר גנים עברו להזנה משותפת (ברוב הגנים שהשתתפו בהשתלמות, הילדים הביאו אוכל מהבית) יותר ילדים טעמו מאכלים חדשים, ימי הולדת נחגגו באופן מזין ומאוזן יותר, הילדים הפחיתו את צריכת הממתקים והחטיפים בגן ובבית, נחשפו למגוון גדול יותר של ירקות ופירות והחלו להכין יחד מאכלים ולטעום, בגן וגם עם ההורים בבית. המעבר לתזונה מזינה בא לידי ביטוי בסביבת הגן, בהתנהלות השוטפת ובאורח החיים האישי של הצוותים.