

Индикаторы школьного уровня Здоровое питание Физическая активность Водоснабжение, санитария и гигиена

Лаура Утемисова

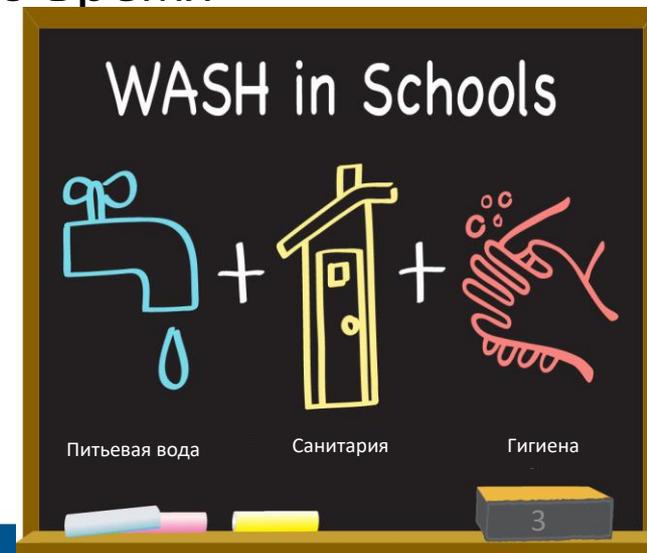
Консультант, Страновой офис ВОЗ в Казахстане



Укрепление здоровья за счет улучшения водоснабжения, санитарии и гигиены в школах

Вы ходили в школу...

- где не было туалетов?
- где дети старались не ходить в туалет из-за невозможности уединиться?
- где часто не было мыла и туалетной бумаги?
- без доступа к безопасной питьевой воде?
- где сложно было получить доступ к питьевой воде?
- где не было условий для гигиены во время менструации?



Холера

Нарушения функции мочевого пузыря

Паразитарные инфекции

Болезни почек

Согласно оценкам, в Европейском регионе ВОЗ диарея является причиной **14 случаев смерти в день**

из-за ненадлежащей системы водоснабжения, санитарии и гигиены (ВСГ)

WaSH WATER SANITATION HYGIENE



Диарею можно предотвратить за счет:

безопасной питьевой воды

надлежащей санитарии и канализации

хорошей практики мытья рук

<http://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/water-and-sanitation>

04/2016



Грипп

метгемоглобинемия

Умственная отсталость

Рак

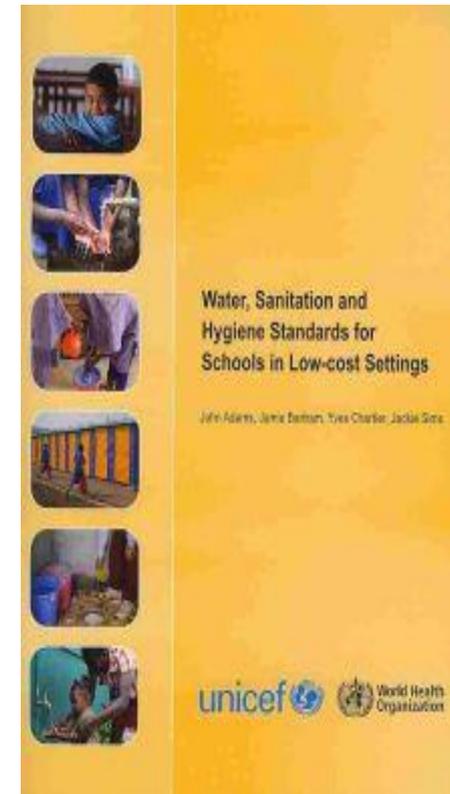
Недостаточное питание

Выгоды от улучшения ВСГ в школах

- У детей, регулярно пьющих воду в школах, поддерживается уровень гидратации, они потребляют меньше сладких напитков, у них более здоровый организм, и улучшена познавательная активность.
- Работающие и чистые школьные туалеты способствуют здоровому развитию детей, а также их самочувствию и сосредоточенности, т.к. учащимся не приходится сдерживать свои позывы в туалет.
- Хорошая практика гигиены рук в школах помогает детям оставаться здоровыми и не пропускать занятия.
- Равные возможности получения знаний будут обеспечены, когда в школах будут средства осуществления гигиены при менструации и доступная среда для детей с инвалидностью.

ВОЗ/ЮНИСЕФ стандарты

2009 стандарты
адекватного обеспечения
водоснабжения,
санитарии, гигиены и
утилизации отходов в
школах

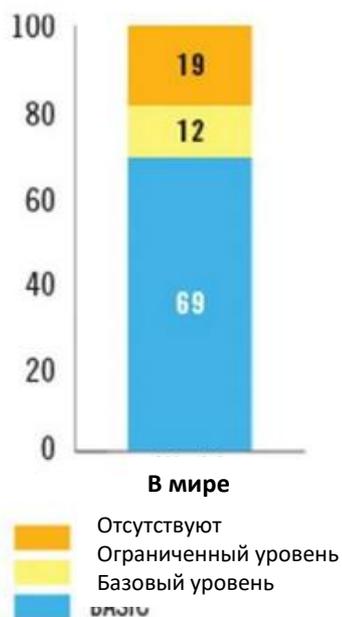


https://www.who.int/water_sanitation_health/publications/wsh_standards_school/en/

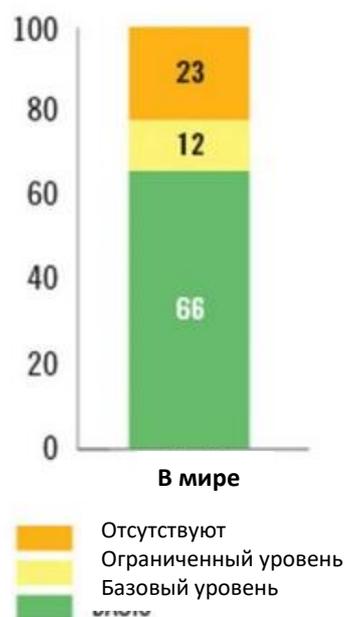
ВОЗ/ЮНИСЕФ Глобальный отчет о состоянии ВСГ, 2018

Оценки за 2016 год

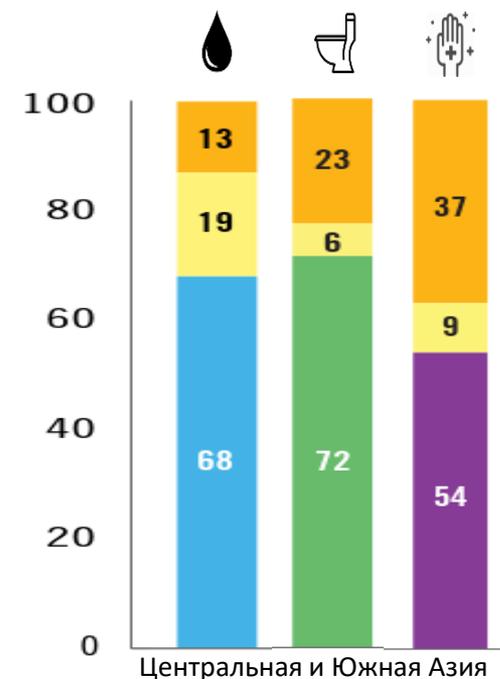
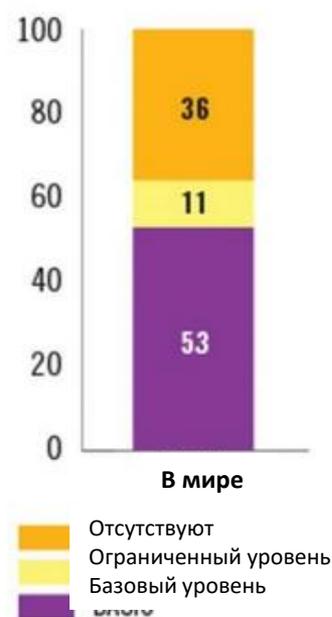
Питьевая вода в школах



Санитария в школах



Гигиена в школах

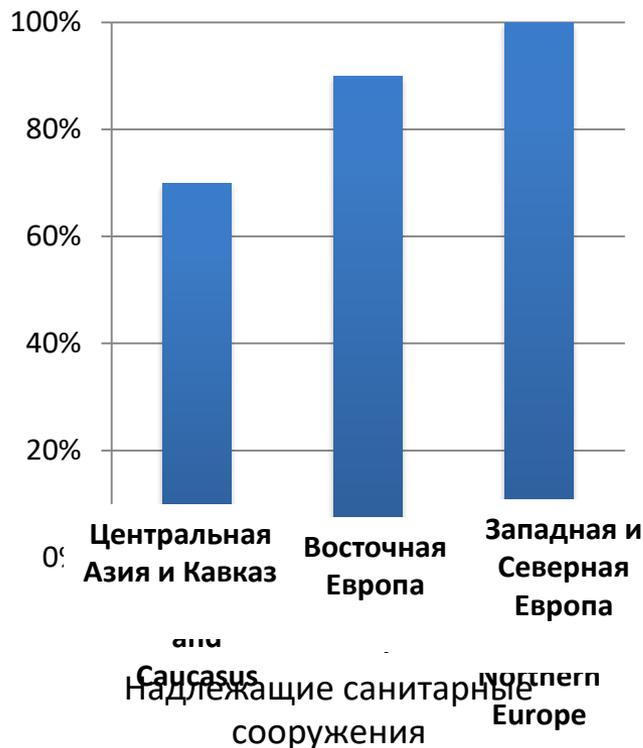


ВСГ в школах региона

Имеются ✓

Доступны ?

Приемлемые ✗



1:10
1:20
1:50
1:400

Примеры соотношения
наличия туалетов к
количеству учащихся

Франция
Никогда не ходят по большому в школах:



Хорватия
Нерегулярно ходят в туалет:



Британия - Шотландия
Никогда не ходят в школьные туалеты:



ВСГ в школах региона

- Для ВСГ в школах необходимы:
 - ❑ Роль лидера за сектором образования
 - ❑ Партнерство всех секторов (образование, здравоохранение, окружающая среда, финансы и т.д.), включая гражданское общество
 - ❑ Четкие целевые показатели на каждом уровне и поступательное внедрение

<http://www.euro.who.int/ru/publications/abstracts/prioritizing-pupils-education,-health-and-well-being.-water,-sanitation-and-hygiene-in-schools-in-the-pan-european-region-2016>



Здоровое питание и физическая активность в школах

Что нам следует делать?

- Важно, чтобы дети хорошо поели перед школьным днем и в течение школьного дня
 - Необходимо рассмотреть какие продукты и напитки следует обеспечить
 - Стимулировать обучение и навыки здорового питания
- Дети должны так же быть активными до, в течение и после школы
 - Регулярные, качественные уроки физической культуры
 - Пространство для активных игр в течение обеда и перемен
 - Поддержка и инфраструктуры для физической активности вне учебного плана

Здоровое питание

ВОЗ рекомендует:

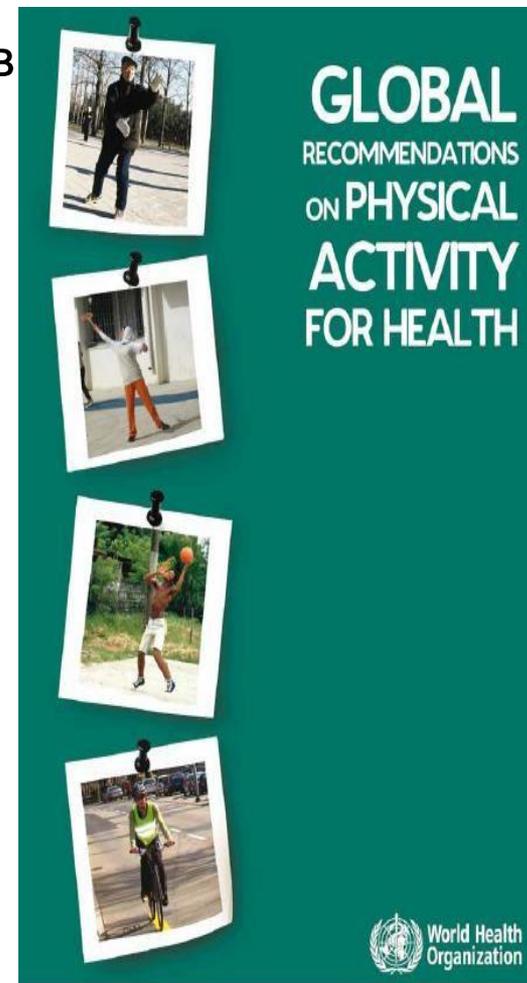
- Соль < 5 грамм (или 1 чайная ложка)
- Сахар < 10% от общего потребления энергии
- Жиры < 30% от общего потребления энергии
- > 400г (5 порций) фруктов и овощей в день



Физическая активность

Рекомендации ВОЗ для детей и подростков

- Умеренно-интенсивная физическая активность в течение как минимум 60 мин/день
- Время, проведенное больше 60 минут, даст дополнительную выгоду для здоровья
- В основном аэробная
- Интенсивная активность также должна включать упражнения для усиления мышц и кости как минимум 3 раза в неделю



Физическая активность в течение ШКОЛЬНОГО ДНЯ

- Активные перерывы *во время* уроков
- Активные каникулы/перерывы *между* уроками
- Благоприятная среда, которая позволяет проводить разнообразные типы физической активности, спорта и игр

Ежедневные физические упражнения в школах Дании

- Введено 45 минут ежедневных физических упражнений в стандартные уроки физической культуры
- Школам предоставлены материалы для вдохновения
- Мероприятиями может быть совместный проект с местными спортивными клубами или компаниями
- Можно проводить в классной комнате, на спортивной площадке или на улице вокруг школ

Физическая активность вне учебного плана

- Связи со спортивным сообществом
- Открытие спортивных площадок для использования после уроков и в выходные
- Обеспечить разнообразие возможностей для каждого

Активная дорога в школу

- Программы, обеспечивающие маршруты в школы
- Развитие городской среды
 - Меры дорожного движения
 - Инфраструктура
 - Безопасность

Активная дорога в школу в Португалии

- Организация «велосипедного поезда» или «велосипедного автобуса»
- Группа детей приезжает в сопровождении одного взрослого, четыре ребенка в группе
- Определенные правила для обеспечения безопасного и активного пути детей в школу

Спасибо за внимание!