

## RIMI JA TERVISEMUUSEUMI TERVISPROGRAMM KOOLIDELE:

# "Terve tervis: Söö. Liigu. Puhka. Suhtle."

## Probleem

Eestis on laste rasvumine tõsine probleem –

iga viies laps on ülekaaluline, eriti teismeliste seas.

TAI info põhjal ei näita noorte toidulaud ja -harjumused paranemise märke.

Suurimaks riskiteguriks pole mitte suitsetamine või alkohol, vaid **kehv toitumine**.

Noorte toitumisharjumused pole viimase 20 aastaga paranenud –

**ülekaalulisi noori on 3x rohkem kui varem.**

## Eesmärk

- Üle-Eestiline **tervisprogramm 14-16aastastele noortele**, et teha tervislik eluviis lihtsaks ja info kättesaadavaks ka maapiirkondades.
- Peab olema noortele **lõbus, uus ja haarav**.
- Jõuame vähemalt **20 000 nooreni**.



## Programmi raames valmis:

- **kaks näitust** koos lõbusate õppematerjalidega,
- Tagasi Kooli **e-tundide sari**,
- Tervisemuuseumis on **150 klassile muuseumitunnid** (seni tehtud 85),
- uuenes **Tervisemuuseumi toitumist tutvustav tuba**, kaasates ka planeedisõbralikkust.

## Tulemused

- Kooliaasta jooksul jõuab programm **12 maakonda** ja **13 kooli** – siiani 7 kooli käidud
- Tehtud **4 Tagasi Kooli e-tundi** (okt-jaan, 4 tundi tulemas)
- **7 erinevat tunniplaani** koos näitusega koolidele kasutamiseks
- **10 kajastust** maakonnameedias (okt-jaan)
- **2125 õpilast** käinud muuseumitundides. Kooliaasta lõpuks käinud 150 klassi ehk 3700+ õpilast
- **3500 õpilast** on umbkaudu näitust näinud
- **16 063 õpilast** on vaadanud Tagasi Kooli e-tunde
- Jõudsimme u **22 000 õpilaseni** (ja programm veel kestab!)



## TERVE TERVIS

näitus tervislikust eluviisist ja tasakaalustatud toitumisest

SÖÖ

LIIGU

PUHKA

SUHTLE