



ВОДНИ УЧИЛИЩА WATERSCHOOL

1

**Проучване на навиците при
консумацията на вода, качество на
питейната вода и достъп до нея в
учебните заведения в партньорските
държави по проекта**

(PDF за сваляне и принтиране)

Съдържание

| | |
|--|----|
| Навици при консумацията на вода, качество на питейната вода и достъп до нея в учебните заведения в партньорските държави | 3 |
| Ситуацията в Европа | 3 |
| Австрия..... | 4 |
| България | 6 |
| Чехия | 9 |
| Германия | 11 |
| Италия..... | 13 |
| Словения..... | 15 |
| Обединеното Кралство..... | 17 |

© Copyright 2019 Waterschool Consortium (www.waterschools.eu/partner)

Всички права запазени.



Този документ е лицензиран за обществеността по международен лиценз Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License. Този лиценз ви дава право да копирате, разпространявате и надградите съдържанието с некомерсиална цел при условие, че посочите неговия автор: партньорските организации по проект Waterschool, както и да лицензирате създаденото от вас ново съдържание при идентични условия.

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Подкрепата на Европейската комисия за издаването на тази публикация не следва да се счита за подкрепа на нейното съдържание, което отразява само възгледите на нейните автори, и Комисията не може да бъде отговорна за употребата и приложението на съдържанието на публикацията.

Навици при консумацията на вода, качество на питейната вода и достъп до нея в учебните заведения в партньорските държави

Проучването анализира **здравни данни** (относно: затлъстяване, наднормено тегло, разпространение на кариес) и общоприети **навици за консумация на питейна вода сред деца и юноши** в страните партньори по проекта: Австрия, България, Чехия, Германия, Италия и Обединеното кралство. Направен е кратък преглед на ситуацията с **качеството на питейната вода** и достъпа до чиста вода в детските градини и училища.

Вземат се също под внимание съществуващите **нормативни регламенти и изисквания за консумацията на напитки** в учебните заведения (напр. ограничения относно съдържанието на захар или подсладители; изисквания относно наличието на търговски автомати за храни и напитки и пр.).

Ситуацията в Европа

Факт е, че все още има тревожна тенденция в процентите на наднормено тегло и затлъстяване при децата и младежите в Европа. Според оценка на Инициативата на СЗО за наблюдение на затлъстяването при децата (COSI) приблизително едно на три деца в ЕС на възраст между 6-9 години е с наднормено тегло или има проблем със затлъстяването. Въпреки че в някои страни е регистрирано значително намаляване на разпространението на наднорменото тегло и затлъстяването - напр. в Италия и Словения, в други страни, напр. България, процентите все още нарастват. Една от основните причини за това е консумацията на подсладени безалкохолни напитки. Насърчаването на консумацията на чиста питейна вода в учебните заведения е ефективна мярка за справяне с този проблем.

Европейският план за действие в областта на затлъстяването при деца, 2014-2020, гласи, че трябва да се даде приоритет на инициативите за предоставяне на прясна питейна вода за децата и младите хора в училищата, с цел укрепване на тяхното здраве и заместване подсладените напитки. Училищата трябва да бъдат така наречената „защитена среда“. Ето защо някои от страните партньори по проекта имат строги разпоредби, според които машините за сладки напитки са напълно забранени в учебните заведения. Други държави все още нямат ограничения по отношение на продажбата на подсладени напитки в училищата. Като цяло обаче в почти всяка държава се препоръчва популяризиране консумацията на питейна вода.

Повечето хора, живеещи в ЕС, се радват на добър достъп до висококачествена питейна вода. Водата от чешмата е безплатна в европейските училища. Питейната вода в Европа се добива от различни източници, основни източници са подпочвените и повърхностните води. Водната политика на ЕС се фокусира върху опазването на водните ресурси. Рамковата директива на ЕС за водите (WFD) е предназначена да постигне добро екологично състояние и да даде възможност за устойчиво използване на водата. Новата директива за питейна вода гласи, че питейната вода трябва да стане по-качествена в цяла Европа с по-строги ограничения за замърсители и да бъде достъпна за всички граждани.

Ресурси:

WHO 2018: FACTSHEET Childhood Obesity Surveillance Initiative, Highlights 2015-2017, http://www.ceidss.com/wp-content/uploads/2018/05/WH14_COSI_factsheets_Artwork-version.pdf (access: 28.1.2019)

EU Action Plan on Childhood Obesity 2014-2020,

https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/nutrition_physical_activity/docs/childhoodobesity_actionplan_2014_2020_en.pdf (access 28.1.2019)

Report on the Quality of Drinking Water in the European Union, 2016 (examining the Member States' reports for the 2011-13 period). <http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/pdf/reports/EN.pdf>

<https://ec.europa.eu/eurostat/web/environment/water>

Австрия

Навици при консумацията на вода при деца и юноши

Децата на възраст от 5 до 10 години не покриват изискванията за дневен прием на вода. Проучване (наблюдение върху поведението) сред учениците в начално училище показва, че 60 процента от учениците не пият достатъчно вода в училище.

Децата на възраст 10-12 години като цяло приемат достатъчно количество вода. При момчетата на възраст 13-14 години 90% от тях достигат препоръчителния прием на вода. Средно 20- 30% от юношите на възраст от 10 до 18 години консумират ежедневно подсладени газирани напитки. С началото на пубертета този прием се увеличава, като при 17-годишните потреблението започва да намалява отново. Според статистиката: 25% от десетгодишните (данните са близки и за двата пола), 25% от момчетата между 13-15-годишна възраст и само 15% от момчетата на същата възраст консумират подсладени газирани напитки ежедневно.

Проучване в средни училища във Виена сред ученици на възраст 10-15 години показва, че две трети от подрастващите редовно консумират безалкохолни напитки няколко пъти седмично, половината от тях го правят ежедневно (от тях 33% от момчетата, 30% от момчетата). 15% от анкетираните ученици никога или рядко консумират вода в учебното заведение.

Ресурси:

Bundesministerium für Gesundheit: Ernährungsbericht 2012.

<https://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/4/5/3/CH1048/CMS1348749794860/ueb12.pdf> [abgerufen am 8.1.2019].

Swazina, K.R., Nitsch, M. (2011): Evaluationsbericht „Wiener Jause - Essen und Trinken an Volksschulen“ . 1. Zwischenbericht.

Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research. Wien: LBIHPR

HBSC Factsheet 02: Das Ernährungsverhalten österreichischer Schülerinnen und Schüler (HBSC

Ergebnisse 2014) https://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/9/7/0/CH1444/CMS1427118828092/hbhc_2014_-_factsheet_ernaehrung.pdf [abgerufen am 8.1.2019].

Степен на разпространение на затлъстяване, наднормено тегло и кариес сред децата / младежите

В Австрия 10% от децата в предучилищна възраст (3-6 години) са с наднормено тегло и 6% от момчетата и 3% от момчетата са със затлъстяване.

В началното училище децата показват увеличение на наднорменото тегло. Така приблизително 30% от момчетата на 8-годишна възраст са с наднормено тегло, от които 12% са със затлъстяване или болестно затлъстяване. При момчетата се наблюдават регионалните разлики, напр. 20,6% в западна Австрия до 29,1% в източна Австрия са с наднормено тегло, от които 7,4% са със затлъстяване или болестно затлъстяване. Проучването в цяла Австрия през 2016г. на тема денталното здраве показва, че 45% от изследваните 6-7 годишни деца имат кариес. Социално-икономическият статус на семейството играе важна роля в това отношение.

Според данните на HBSC (Поведение и здраве при деца в училищна възраст) 20% от 11-годишните момчета и съответно 16% от момчетата са с наднормено тегло или затлъстяване. При 13-годишните 23% от момчетата и 17% от момчетата са с наднормено тегло или затлъстяване. При възрастова група 15-годишни 19% от момчетата и 10% от момчетата са с наднормено тегло или затлъстяване. Момчетата са склонни да имат превес по отношение на този здравен проблем във всички възрасти. Необходимо е също да се отбележи, че данните за HBSC се основават на посочена височина и тегло от респондентите, което може да доведе до известни отклонения в резултатите.

Ресурси:

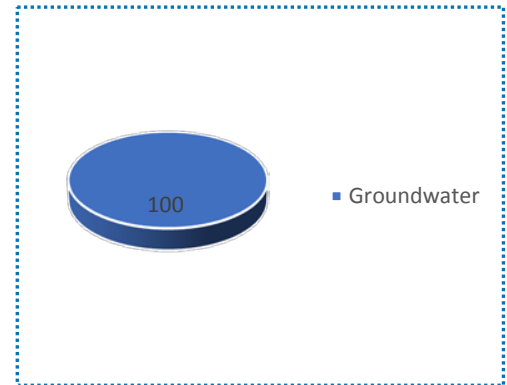
COSI - Childhood Obesity Surveillance Initiative (2017).
https://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/8/3/3/CH1048/CMS1509621215790/cosi_2017_20171019.pdf [abgerufen am 8.1.2019].
Bodenwinkler A., Sax G., Kerschbaum J. (2017): Länder-Zahnstatuserhebung 2016: Sechsjährige in Österreich. Zahnstatus sechsjähriger Kinder mit und ohne Migrationshintergrund. Gesundheit Österreich, Wien
HBSC Factsheet 02: Das Ernährungsverhalten österreichischer Schülerinnen und Schüler (HBSC Ergebnisse 2014) https://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/9/7/0/CH1444/CMS1427118828092/hbsc_2014_-_factsheet_ernaehrung.pdf [abgerufen am 8.1.2019].

Достъп до чиста питейна вода

Ресурси от питейна вода в Австрия

Подземна / изворна вода: 100 %

Австрия е страна с големи сладководни запаси с 12 000 м³ на жител годишно. Потреблението на питейна вода може да бъде изцяло покрито от защитени ресурси на подземните води. Почти 92% от населението в Австрия се снабдява с обществена вода. Останалите 8% се доставят чрез частни битови кладенци.

**Имат ли учебните заведения достъп до безопасна питейна вода?**

Детските градини и училищата имат достъп до безопасна питейна вода. Това е регламентирано в „Trinkwasserverordnung“, според който качеството на водата трябва да се следи и резултатите от изследванията трябва да се публикуват поне веднъж годишно. Водата, която се доставя в училищата, детските градини и домакинствата, трябва да бъде напълно безопасна. Общините поемат отговорност за водоснабдяването.

Ако е налице застояване на вода в тръбите за по-дълъг период от време, това може да влоши качеството на водата или да я направи негодна за пиене. В учебните заведения, където често за дълго време (почивни дни, празници, ваканции) водата не тече, това може да е проблематично. Затова се обръща строго внимание на това да се позволи на водата да изтича при първа употреба сутрин, докато нейната температура стане приятно хладна. Това гарантира, че от чешмата не идва застояла вода, а прясна и чиста питейна вода.

Ресурси:

Report on the Quality of Drinking Water in the European Union, 2016 (examining the Member States' reports for the 2011-13 period). <http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/pdf/reports/EN.pdf>
Österreichischer Trinkwasserbericht,
https://www.sozialministerium.at/cms/site/attachments/2/3/7/CH4111/CMS1069238654727/trinkwasserbericht_20150318.pdf [abgerufen am 8.1.2019].
Infoportal Trinkwasser <https://www.trinkwasserinfo.at/>. With current information on drinking water quality from the Austrian water suppliers.
Trinkwasserverordnung,
<https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=20001483> [abgerufen am 8.1.2019].
Hygieneplan für Österreichische Schulen, <https://bildung.bmbwf.gv.at/schulen/unterricht/hygieneplan.pdf?61ed8y> [abgerufen am 8.1.2019].

Има ли изисквания или разпоредби за питейната вода в учебните заведения?

Няма конкретни разпоредби относно питейната вода в учебните заведения. Препоръките за здравословно хранене обаче включват препоръчителни количества вода на ден. От септември 2019 г. съдържанието на захар в напитките, продавани в училищата, трябва да бъде под 6,7 g / 100 ml

Ресурси:

<https://www.sipcan.at/neue-grenzwerte-fuumlr-getraumlinke.html>

България

Навици при консумацията на вода при деца и юноши

Децата имат по-голямо процентно съдържание на вода и по-голямо съотношение „повърхност на тялото към маса на тялото“ отколкото възрастните. Затова водата много по-лесно се изпарява през кожата им и това би могло бързо да доведе до дехидратация, ако загубите на вода не бъдат възстановени. Количеството вода, което се препоръчва като дневен прием при децата, зависи от много фактори като възраст, пол, скорост на растеж, хранителен режим, физическа активност, здравословно състояние, температура на въздуха и др. Адекватният прием на течности, заедно с правилното хранене, е особено важен за децата. Водно-солеви баланс е деликатен поради все още несъвършените механизми на терморегулация, незрялост на отделителната система и др. Различните научни изследвания относно консумацията на течности от деца в училищна възраст показват, че те не пият достатъчно вода. Децата предпочитат сладки и газирани напитки, а родителите неправилно смятат, че плодовите и зеленчуковите сокове, както и млякото, могат да заменят водата. Въпреки че са здравословни алтернативи, те не са достатъчни за добър воден баланс на детския организъм, който лесно се дехидратира. Лошото хранене и дехидратацията увеличават риска от заболявания като диабет, сърдечно-съдови заболявания и висок процент от децата на възраст между 3 и 17 години са с наднормено тегло.

Степен на разпространение на затлъстяване, наднормено тегло и кариес сред децата / младежите

6

Здравословното хранене при децата и юношите е приоритет в националната политика на България в областта на общественото здраве. Храненето и физическата активност са определящи за доброто здраве и предпоставка за осигуряване на оптимален растеж и развитие на децата и юношите - възрастта, в която се формират навици, свързани със здравословния начин на живот.

Национално представително проучване, проведено сред ученици на възраст между 6 и 19 години в България в периода 2010-2011 г., показва, че разпространението на наднормено тегло е 30,2%, а затлъстяването е съответно 12,7%. Сравнението показва тревожна тенденция за увеличаване на затлъстяването при децата в България. Неговото намаляване е ключова задача във всички стратегии за хранене и здраве, приети от Европейския съюз и Световната здравна организация през последните години.

В рамките на Националния план за действие „Храни и хранене“ (2005–2010 г.) на Министерството на здравеопазването бяха разработени следните документи, подкрепящи здравословното хранене на децата: Препоръки за здравословно хранене на учениците на 7- 19 години в България; Наредба за здравословно хранене на учениците; Актуализирани са сборниците с рецепти за училищните столове и бюфети; разработени са седмични менюта за поддържаща закуска; участие в подготовката и стартирането на Национална стратегия за прилагането на схема „Училищен плод“. Организирант се ежегодни събития, насочени към проблемите с наднорменото тегло и затлъстяването при децата в България: Национална седмица за борба със затлъстяването, Европейски ден за борба със затлъстяването и Европейски ден за здравословна храна и готвене. Статистиката не показва промени в разпространението на наднормено тегло или затлъстяване. Според данни, публикувани в края на 2018 г., България е една от страните от ЕС с висока честота на наднормено тегло и затлъстяване в ранна детска възраст, заедно с Гърция, Чехия и Великобритания.

През 2015 г. Министерството на здравеопазването прие Националната програма за профилактика на оралните заболявания при деца от 0 до 18 год. в Р България 2009-2014 г., която предвижда различни профилактични дейности, включително флуорна профилактика

и образователни програми в училище. Програмата е разработена в съответствие с приетата Национална здравна стратегия (2014-2020 г.).

Резултатите от епидемиологичното проучване за оралното здраве на децата в България показват, че честотата на зъбния кариес е с по-високи стойности спрямо глобалните цели на СЗО. Относителният дял на кариес при 5-6-годишните деца е 28,87%. С увеличаване на възрастта относителният дял на децата без кариес намалява. На 12-годишна възраст само 21,31% от децата нямат нито един кариес, докато 18-годишните са едва 8,31%. Сравнението на резултатите според населеното място показва по-висок относителен дял на децата без кариес в градовете, отколкото в селските райони.

Ресурси:

National Programme for the Prevention of Oral Diseases in Children from 0 to 18 years of age in the Republic of Bulgaria 2015-2020

Dimova, A. et.al. 2018. Bulgaria. Health system review, Health Systems in Transition, Vol. 20 No. 4 2018,p. 166

National epidemiologic study for the oral health status establishment in three age groups of children in Bulgaria, report, Dec. 2011: 3-5. [in Bulgarian]

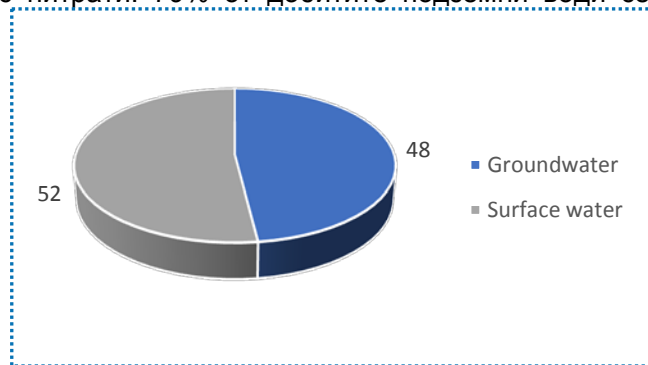
Достъп до чиста питейна вода

Ресурси от питейна вода в България

В сравнение с останалите европейски страни, България има сравнително добри запаси от прясна вода, както в абсолютна стойност, така и на глава от населението. По данни на Евростат за 2015 г. България е на 52-ро място в света по достъп до питейна вода (99,33%), с най-висок процент за последните 25 години през 1994 г. (99,9%). Въпреки това водните ресурси в България се формират главно от външни притоци, неравномерно разпределени на територията на страната. Анализ на прогнозираното вътрешно потребление на вода и вътрешната водна ресурсна база сочи, че България не е страна, застрашена от липсата на вода.

Източници на водоснабдяване

Водата от повърхностни източници е основният източник за снабдяване с питейна вода. Повърхностните води осигуряват 52% от общата вода за питейно-битови цели, а подземните води - останалите 48%. Подземните води са с добро качество във всички речни басейни, въпреки замърсяването с нитрати. 79% от добитите подземни води се използват за обществено водоснабдяване; 17% - за промишлеността; 2% - за селското стопанство, горското стопанство и рибарството; 2% - за други услуги. Всичко останало се използва за напояване. Повърхностните води се замърсяват от битови води от градските канализационни системи и от необработени промишлени отпадъчни води, изпускани в реките (МОСВ, 2014).



Имат ли учебните заведения достъп до безопасна питейна вода?

Почти всички детски градини и училища имат достъп до безопасна вода от чешмата. Практиката на бутилирана изворна вода, която се предоставя от общината или от самите родители, обаче е доста разпространена. Един от основните проблеми с достъпа до качествена питейна вода е остарялата водопроводна мрежа, както и лесният и безплатен достъп до обществени чешми с минерална вода.

Ресурси:

Executive Environment Agency: <http://eea.government.bg/bg/soer/2011/water/water1>

Danube water program: <https://sos.danubis.org/eng/country-notes/bulgaria/>

Valkova, K. et.al. 2018. Situational analysis on equitable access to water and sanitation in Bulgaria

Ministry of Environment and Water (MoEW): <https://www.moew.government.bg/en/>

Има ли изисквания или разпоредби за питейната вода в учебните заведения?

Няма специални разпоредби относно пиенето на вода в детските градини и училищата. Препоръките за здравословно хранене обаче включват препоръчителни количества вода на ден. Няколко документа частично разглеждат темата, напр. 9 от 16.09.2011 г. за специфичните изисквания към безопасността и качеството на храните, предлагани в детските заведения, училищните столове и обектите за търговия на дребно на територията на училищата и на детските заведения, както и към храни, предлагани при организирани мероприятия за деца и ученици (последно актуализирана на 11.4. 2016).

През 2018 г. стартира кампания за насърчаване на потреблението на чешмяна вода в детските заведения. Понастоящем осигуряването на бутилирана минерална, изворна и трапезна вода в детските заведения, в случаите, когато достъпът до безопасна вода от чешмата е гарантиран и няма ограничения от здравните власти за нейното използване, трябва да бъде подкрепено от мотивирано решение на директора на съответната детска градина.

Ресурси:

The Ministry of Health in Bulgaria, "Healthy Nutrition Recommendations" for different age groups, <http://ncpha.government.bg/index.php?lang=en>

Ordinance 9 from 16.03.2001 on the quality of water intended for drinking and household purposes

Чехия

Навици при консумацията на вода при деца и юноши

Резултати от изследване на навиците за консумация на питейна вода, проведено в училищата през 2016 г. сред деца:

- Повече от 90% от децата пият подсладени напитки редовно, почти 30% - два пъти седмично. Всяко 12-то дете пие подсладени напитки всеки ден. Половината от консумираните дневно захари сред групата, включени в извадката, идват именно от тези напитки.
- Най-често консумирани напитки: вода 46,1%, вода със сироп 25,5%, чай 19,6%, минерална и подсладена минерална вода 2%, кола, сок 2%, мляко 1%.
- Честота на пиене на подсладени напитки: почти всеки ден 8%, 2 пъти седмично или повече – 30%, 7% не консумират вода в училище.
- Пиене през учебния ден: намалена консумация преди обед. 20% от децата не пият вода сутрин у дома, повече от 10% пият само 3 пъти на ден или по-рядко.

Ресурси:

Research results „Jak pijí české děti“ (What Czech children drink), MUDr. Petr Tláškal, AquaLife Institut, May 2016

Степен на разпространение на затлъстяване, наднормено тегло и кариес сред децата / младежите

Чехия е четвърта в Европа по затлъстяване на своето население, от които между 5-10% е при децата. Според COSI наднорменото тегло и затлъстяването се срещат при 23% от момичета и 24% при момчета в страната. Приблизително 154 000 деца под 16 години страдат от затлъстяване, от които 85 000 от децата със затлъстяване страдат от комплексни метаболитни промени, а 34 000 от децата страдат от свръхзатлъстяване (COSI, 2016). Съобщава се, че всяко 5-то момче в Чехия има тегло над нормалното (SZÚ, 2013). Следователно нарастващата тенденция в Чехия се дължи най-вече на преминаването от категория с наднормено тегло към категория затлъстяване (Hainer, 2011).

Честотата на затлъстяването при децата се е увеличила значително през последните 20 години (1996-2016 г.), но е останала стабилна през последните пет години (2011-2016 г.), като в момента е около 10%. Изследваната извадка показва следните резултати: общо 8,1% от децата са с тегло под нормата (2% под 3-ти перцентил), нормално тегло имат 74,1% от децата, с наднормено тегло са 7,5%, а със затлъстяване - 10,3%. Момчетата са по-склонни да имат повишена норма на тегло от момичетата, но разликата е само 2,2% ($p = 0,002$). Установени са значителни разлики в телесното тегло спрямо възрастта.

Ресурси:

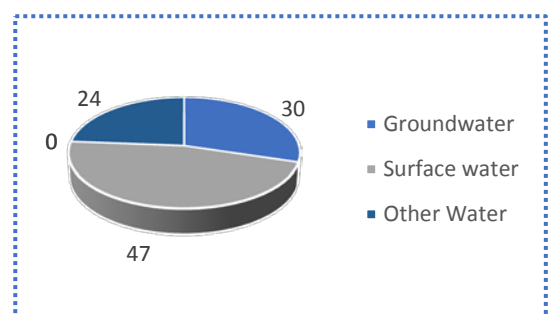
COSI (2016): WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI). World Health Organization. Výsledky studie „Zdraví dětí 2016“, SZU, 2016

Достъп до чиста питейна вода

Ресурси от питейна вода в Чехия

Подземната и изворна вода, които се добиват за питейни цели, се пречистват преди да бъдат доставени до крайния потребител.

Хигиенните изисквания за питейната вода (контроли, бутилирана вода, химически, физични и микробиологични граници) са определени с



Постановление на Министерството на здравеопазването № 252/2004 Coll.

В Чехия общините са отговорни за водоснабдяването, като някои от тях имат договори с частни доставчици. Качеството на питейната вода, доставено от водоснабдителните дружества в Чехия, е на много високо ниво. Всякаква миризма, мътилка или оцветяване на водата се причинява от реакцията на транспортираната вода с вътрешната повърхност на тръбопровода и в огромната част от случаите това е единствено естетичен, а не и здравословен проблем.

Имат ли учебните заведения достъп до безопасна питейна вода?

Всички учебни заведения в Чехия имат достъп до безопасна питейна вода.

Ресурси:

https://cs.wikipedia.org/wiki/Vodn%C3%AD_hospod%C3%A1%C5%99stv%C3%AD_v_%C4%8Cesku

Report on the Quality of Drinking Water in the European Union, 2016 (examining the Member States' reports for the 2011-13 period). <http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/pdf/reports/EN.pdf>

Има ли изисквания или разпоредби за питейната вода в учебните заведения?

Детски градини: Според действащото законодателство трябва да се гарантира режим на консумация на вода през целия ден в детските градини. Количеството и асортимента на предлаганите напитки не е конкретизиран. Служителите в детската градини отговарят за това. Напитките трябва да са натурални, с минимално количество подсладители, чаят трябва да е с подходящо за деца съдържание. Препоръчително е децата, които са свикнали да пият неподсладени напитки, да не бъдат поощрявани да консумират такива.

Основни училища: Наредбата за нездравословна храна, която не може да се продава в училищата, определя хранителните изисквания, включително напитките, които могат да се предлагат и продават в учебни заведения. Предлагани за продажба или рекламиране могат да бъдат храни, които: (а) не съдържат подсладители и безалкохолни напитки с екстракт от чай, (б) не съдържат трансмастни киселини, получени от частично хидрогенирани мазнини, или (в) не са енергийни или стимулиращи напитки или храни, предназначени за спортисти или хора с повишени физически показатели. Предлагани за продажба или рекламиране могат да бъдат плодове и зеленчукови сокове и нектари без добавена захар, което означава всички монозахариди и дизахариди с енергийна стойност по-голяма от 3,5 kcal / g от източници, различни от плодове и зеленчуци и млечни продукти, с изключение на млечната захар; добавените захари се определят като захари, съдържащи се в храната, по-специално мед, малц, меласа, всички сиропи или два или повече концентрирани плодови или зеленчукови сокове, когато се използват за подсладяване.

Насоки за здравословно хранене в училище, Министерство на здравеопазването на Република Чехия:

Режимът за пиене на децата трябва да се основава на вода и други неподсладени напитки. Ето защо децата винаги трябва да се снабдяват с неподсладена, безмлечна напитка в училищната столова. Ако се предлага подсладена напитка, е необходимо да бъде осигурена и алтернатива от неподсладена напитка. Обикновената питейна вода трябва редовно да се предлага не само по време на хранене в училищната столова, но и през деня като част от режима за пиене.

На практика столовата във всяко училище винаги трябва да предлага неподсладена, немлечна напитка (под формата на вода, неподсладен плодов чай или друг неподсладен чай, в редки случаи минерална вода). Само като втори избор трябва да се предлага или млечна (подсладена или неподсладена), или безмлечна подсладена напитка.

Ресурси:

Nutritional guidance for school food provision, Ministry of Health Czech Republic, 1.9.2015

Vyhláška o požadavcích na potraviny, pro které je přípustná reklama a které lze nabízet k prodeji a prodávat ve školách a školských zařízeních (Decree on food requirements for which advertising is admissible and can be offered for sale and sold in schools and school establishments), Ministry of Education Czech Republic, 29.8.2016

Германия

Навици при консумацията на вода при деца и юноши

Децата на възраст от 5 до 10 години пият около 800-900 мл течности дневно, от които 41%-45% са вода, около 27% - плодови сокове и 19% -сода.

Момчета (14-18 години): Момчетата на тази възраст пият приблизително 2262 мл / дневно, от които 1069 мл вода, 116 мл кафе и черен чай, 82 мл билкови и плодови ароматизирани чайове, 460 мл плодови сокове, 505 мл лимонада и 30 мл напитки от плодови сокове или други напитки.

Момичета (14-18 години): Момичетата в тази възрастова група пият много по-малко в сравнение с момчетата. Средно дневният прием е около 1909 мл., разделено на 963 мл вода, 118 мл кафе и черен чай, 160 мл билкови и плодови ароматизирани чайове, 383 мл плодови сокове, 260 мл лимонада и 24 мл други напитки от плодови сок.

Ресурси:

Max Rubner Institut (Hg.) (2007), Forschungsbericht EsKiMo – Ernährungsstudie als KiGGS-Modul, Bonn, Berlin, Paderborn, Seite 51

https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile (Access: 19.11.2018) P. 51
Max Rubner Institut (Hg.) (2008), Nationale Verzehrsstudie II: die bundesweite Befragung zur Ernährung von Jugendlichen und Erwachsenen, Karlsruhe, Seite 54

https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/NVS_ErgebnisberichtTeil2.pdf?__blob=publicationFile (Access: 16.11.2018) P.54

Степен на разпространение на затлъстяване, наднормено тегло и кариес сред децата / младежите

11

9% от изследваните деца на възраст от 3 до 6 години са с наднормено тегло, от които 2,9% вече са със затлъстяване.

В категорията деца на възраст от 7 до 10 години 15% са с наднормено тегло, от които 6,4% са със затлъстяване

Във възрастовата група деца на възраст от 14 до 17 години 17% са с наднормено тегло, от които 8,4% са със затлъстяване.

Осем от десет деца на 12-годишна възраст (81,3%) са напълно без кариес. С тези числа Германия е на сравнително добро ниво, когато се прави сравнение на европейско или световно ниво.

Ресурси:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (<https://www.bzga-kinderuebergewicht.de/vertiefende-informationen/fakten-und-folgen/uebergewicht-in-zahlen/>, Zugriff: 19.11.2018) Primärquelle: KiGGS

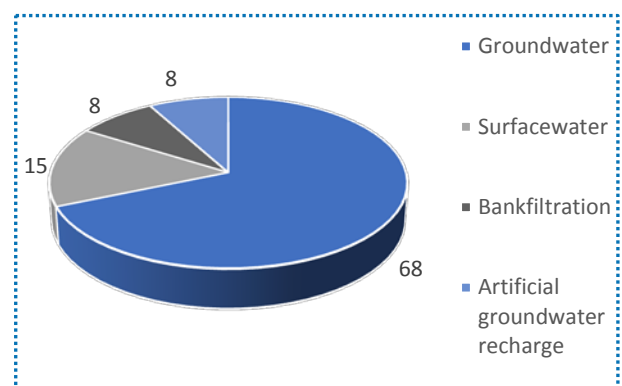
Source: Kassenärztliche Bundesvereinigung, Bundeszahnärztekammer (Hg.) (2016): Fünfte deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS V). Berlin, S.8

https://www.bzaek.de/fileadmin/PDFs/dms/Zusammenfassung_DMS_V.pdf (Zugriff: 19.11.2018)

Достъп до чиста питейна вода

Ресурси от питейна вода в Германия

Водата, предназначена за питейно-битови цели в Германия се набавя от 62% подпочвени източници, 8% изворна вода, 17% пречистена повърхностна вода. Останалите 13% идват от други водни източници, напр. езера, реки и язовири.



Имат ли учебните заведения достъп до безопасна питейна вода?

В Германия е почти невъзможно да няма достъп до безопасна вода, предназначена за питейно-битови цели, тъй като това е регламентирано в конкретни нормативни актове. Евентуален проблем могат да предизвикат остарели инсталации в някои сгради. Но те обикновено се проверяват и се сменят от сертифицирани предприятия при нужда от ремонт. Повечето сгради в днешно време разполагат с безопасен водопровод и следователно достъп до безопасна вода от чешмата.

Ресурси:

Report on the Quality of Drinking Water in the European Union, 2016 (examining the Member States' reports for the 2011-13 period). <http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/pdf/reports/EN.pdf>
Umweltbundesamt (UBA) (2016), Rund um das Trinkwasser, Dessau, Seite 9, 43
https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/479/publikationen/uba_rund_um_das_trinkwasser_ratgeber_web_0.pdf (Access: 19.11.2018) P. 9, 43

Има ли изисквания или разпоредби за питейната вода в учебните заведения?

Няма законова рамка, която да регламентира консумацията на вода и други напитки в учебните заведения. Има обаче много програми в тази посока като „Пиене в клас“/ „Trinken im Unterricht“ (Информационен център за немска минерална вода) или "Водата прави училището"/ „Wasser macht Schule“ (Федерална асоциация за управление на енергетиката и водите в сътрудничество с Научноизследователски институт за детско хранене), които предлагат информация и учебни материали за това как да се учат деца от всички възрасти да установят здравословно и устойчиво поведение при консумация на вода.

Ресурси:

<https://www.trinken-im-unterricht.de/> (Access: 19.11.2018)
<https://www.wasser-macht-schule.de/> (Access: 19.11.2018)
http://www.fke-do.de/index.php?module=page_navigation&index%5Bpage_navigation%5D%5Baction%5D=details&index%5Bpage_navigation%5D%5Bdata%5D%5Bpage_navigation_id%5D=140 (Access: 19.11.2018)

Италия

Навици при консумацията на вода при деца и юноши

Според проучването на CENSIS 90,3% от италианците пият минерална вода, 79,7% консумират поне половин литър на ден. През последните двадесет години, между 1995 и 2016 г., има потребителски бум от 19% нагоре (а тези, които пият поне половин литър на ден, са се увеличили с 36%). Днес има 49 милиона италианци, които пият минерална вода: 8 милиона повече от преди двадесет години.

В Европа Италия се отличава в индивидуалната консумация на бутилирана вода: средно 206 литра на глава от населението годишно, 29 литра повече от германците (16,4% повече), 84 литра повече от французите (+ 68,9%), 85 литра повече от испанците (+ 70,3%), със 173 литра повече от Обединеното кралство (+ 524,4%), с 96 литра повече от средната стойност за ЕС (+ 87,3%).

Населението във възрастов диапазон 18-34 години са тези, консумират най-голямо количество минерална вода (92,6%), като от тях 83,3% пият поне половин литър на ден. Непълнолетните следват с 91,1%. Малките деца са близо до 90,9%, докато най-старият компонент от населението е този с най-нисък дял на консуматори на минерална вода - 86,8%.

По отношение на по-интензивните потребители, тези, които пият поне половин литър на ден, квотите все още са високи с най-високата точка сред населението във възрастов диапазон 18-34 години (83,3%), след това малките деца (80,8%), непълнолетните (79,7%) и възрастните, сред които обаче почти три четвърти пият поне половин литър на ден.

В заключение, в Италия се консумират 170-180 lt / ab / годишно. Според данни на Националната обсерватория за устойчив начин на живот от 2018 година в сътрудничество с Lifegate (по извадка от 800 души) по отношение на дневния прием на минерална вода в Италия, на въпрос «защо предпочитат тази вода?», 47% отговарят, че я възприемат като по-безопасна, 20% - поради удобство и 16% - харесват вкуса ѝ. В същото време водата от чешмата е предпочитана само от 27% от анкетираните поради три основни причини: безопасност (40%), здраве (16%) и по-слабо въздействие върху околната среда (10%).

Ресурси:

CENSIS (Il valore sociale rilevato del consumo di acque minerali) - Roma febbraio 2018

Степен на разпространение на затлъстяване, наднормено тегло и кариес сред децата / младежите

Според последните данни на Световната здравна организация Италия е първата в Европа по детско затлъстяване. 3 от 10 деца имат проблеми със затлъстяване или наднормено тегло. По-голямо е разпространението в южните и централните райони, въпреки че разликата е минимална. Според статистиката 21,3% са децата с наднормено тегло и 9,3% - със затлъстяване, включително свръхзатлъстяване - 2,1%; жени с наднорменото тегло и затлъстяване са 21,7% и 8,8%, докато мъжете са 21,0% и 9,7%. От друга страна децата с тегло под нормата са 1,4%.

Няма данни за затлъстяването при деца, разбити по възраст. Като обикновено статистиката покрива деца на възраст 6-10 години.

Идентифицираните основните причини за това са :

- увеличаване на заседналият начин на живот сред децата, поради прекомерната употреба на технологии.
- в семейния контекст: когато има родител с наднормено тегло, влиянието върху детето е по-голямо, както и в семействата, които имат затруднения с доходите си.
- при лоши хранителни навици, като например да не закусва или да се консумират калорични храни.

Ресурси:

OKkio alla SALUTE - Surveillance system on overweight and obesity in children promoted and funded by the Ministry of Health / CMM

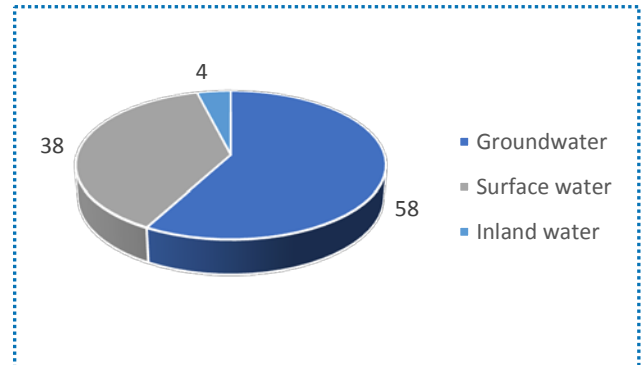
Достъп до чиста питейна вода

Ресурси от питейна вода в Италия

Подземни източници: 58%

Повърхностни източници (реки, езера, язовири): 38%

Вътрешни водоеми: 4%



Имат ли учебните заведения достъп до безопасна питейна вода?

Въпреки че през последните години все повече училища решават да премахнат напълно използването на пластмасови бутилки по време на хранене в столовата или в междучасията, няма конкретни данни за това колко училища имат достъп до безопасна чешмяна вода.

Но какво подтикна училищата в Италия да направят този избор? Една от основните причини, които накараха много институции да вземат това решение, е нарастващата чувствителност към въпросите, свързани с екологичната устойчивост, а намаляването употребата на пластмасови бутилки за вода пряко допринася за това. Друга причина, която доведе до по-широка употреба на водата от чешмата, е по-ниската ѝ себестойност в сравнение с бутилираната минерална вода, която струва от триста до хиляда пъти повече, като често това тежи на училищните бюджети или на самите семейства.

И накрая, по-голямото потребление на обществена вода насърчава самите общини да увеличават периодичните проверки на акведукта, като по този начин гарантират неговото качество и безопасност.

Ресурси:

ISTAT - Censimento delle acque per uso civile (anno 2017)

Report on the Quality of Drinking Water in the European Union, 2016 (examining the Member States' reports for the 2011-13 period). <http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/pdf/reports/EN.pdf>

Има ли изисквания или разпоредби за питейната вода в учебните заведения?

В Италия всяко училище има собствен регламент по отношение на водата, който отчита националните препоръки (Насоки за здравословно хранене - INRAN 2003), международните (WHO 2003) и критериите за екологична и социална устойчивост (PAN GPP, DL 264/2013).

Словения

Навици при консумацията на вода при деца и юноши

Според проучване направено сред подрстващите във Словения напитките с добавена захар или естествено подсладени се консумират от 51% от момчетата като част от дневната консумация. 47% от момичетата консумират същите напитки. Юношите пият по-малко вода и некалорични напитки (неподсладен чай, напитки с некалорични подсладители).

Ресурси:

Fidler Mis, N., Kobe, H., Štimec, M. Dietary intake of macro- and micronutrients in Slovenian adolescents: comparison with reference values. *Ann. Nutr. Metab.*, 2012, vol. 61, št. 4, 4. page.

Степен на разпространение на затлъстяване, наднормено тегло и кариес сред децата / младежите

По данни от 2013 г. 14% от момчетата са с наднормено тегло и 6,9% страдат от затлъстяване. Така в статистиката влизат общо 21% от момчетата на възраст 6-9 години. При момичетата 15,7% са с наднормено тегло и 6,6% - със затлъстяване (общо 22,3%). (Korošec A., 2018)

Във възрастовия диапазон 11-15 години 21% от момчетата и 13,3% момичетата страдат от затлъстяване или наднормено тегло. (Jeriček Klanšček H. et al., 2014). 18,6% от децата след 15-та си годишнина са с наднормено тегло (Здравен статистически годишник, 2015).

Само една трета от 3-4 годишните деца имат кариес (Vošnjak A., 2014). Сред 12-годишните деца в Словения 42% имат напълно здрави зъби (без кариес или извадени зъби). По този повод Словения получи най-високото международно отличие за програмата си за превенция на денталните заболявания. (Zupanič M., 2018)

Ресурси:

Korošec A., Gabrijelčič Blenkuš M., Robnik M., Otroška debelost v Sloveniji. Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2018. Ljubljana.

Jeriček Klanšček H., Koprivnikar H., Drev A., Pucelj V., Zupanič T., Britovšek K. Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji, Izsledki mednarodne raziskave HBSC. NIJZ, Ljubljana, 2014.

Zdravstveni statistični letopis 2015. NIJZ, 2015. Ljubljana.

Sedej K.a · Lusa L.b · Battelino T.c · Kotnik P.a Stabilization of Overweight and Obesity in Slovenian Adolescents and Increased Risk in Those Entering Non-Grammar Secondary Schools. *Obesity Facts*, 2016.

Zupanič M. Slovenski otroci šampioni po bleščečih zobeh. Delo, 2018.

<https://www.delo.si/novice/slovenija/slovenski-otroci-sampioni-po-blescecih-zobeh-61783.html>

Vošnjak A. Danes ima karies le vsak tretji malček. *Dnevnik*, 2014 <https://www.dnevnik.si/1042671517>

15

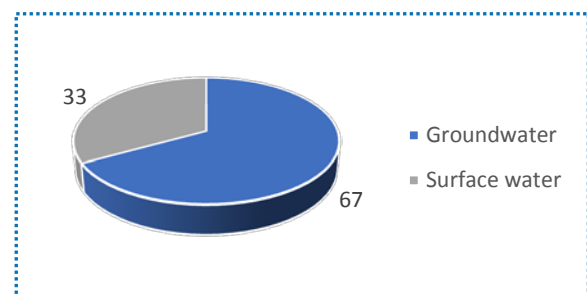
Достъп до чиста питейна вода

Ресурси от питейна вода в Словения

Подземни ресурси: 67%

Повърхностни ресурси: 33%

Словения има шест собствени извора: реките Любия, Худиня, Бистрица, Колпа, Соча и Подресник. Всички те покриват изискванията за източници на питейната вода.



Ресурси:

Uradni list RS, št. 19/04, 35/04, 26/06, 92/06)(ARSO, 2010)

Report on the Quality of Drinking Water in the European Union, 2016 (examining the Member States' reports for the 2011-13 period). <http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/pdf/reports/EN.pdf>

Имат ли учебните заведения достъп до безопасна питейна вода?

В Словения всички училища и детски градини имат достъп до безопасна вода от чешмата. Националният институт за обществено здраве препоръчва пиенето на чешмяна вода, тъй като в Словения има добро и безопасно водоснабдяване за голяма част от населението. В случай, че водата не е подходяща, хората трябва да бъдат информирани за това. За младите хора Националният институт препоръчва да спазват правилата на регионалните здравни инспекции и да пият бутилирана вода.

Ресурси:

National institute of Public Health, 2016

<http://www.nijz.si/sl/pitje-tekocin-in-uporaba-energijskih-pijac-pri-otrocih-in-mladostnikih>

Има ли изисквания или разпоредби за питейната вода в учебните заведения?

В Словения има разписани изисквания за консумацията на напитки в учебните заведения (Закон за храненето в училище). В зоната на учебното заведение е забранено поставянето на автоматика за храни и напитки.

Насоки за здравословно хранене в училищата и детските градини:

По време на хранене на децата и тийнейджърите трябва да се предлага достатъчно количество напитки, особено здравословна и безопасна питейна вода. Вода или неподсладен чай трябва да преобладават пред плодови напитки, които в повечето случаи съдържат добавена захар и влияят върху повишеното тегло на децата. Газираната вода пък не е препоръчителна при малки деца.

Ресурси:

Act/Law about Nutrition in School, 4.paragraph, 8. point (Zakon o šolski prehrani, 4. člen, 8. točka)

Guidelines for Healthy Nutrition in schools and kindergartens (Smernice zdravega prehranjevanja v VIZ ustanovah, p.17, 30)

Обединеното Кралство

Навици при консумацията на вода при деца и юноши

В Обединеното кралство много училища вече са изпитали предимствата на схемата «бутилка за вода за всяко дете», което им осигурява бърз и лесен достъп до питейна вода. Проучванията показват, че децата трябва да пият поне 3-4 чаши вода на ден, докато са в училище, като количеството се увеличава при физическа активност (спорт) и при повишаване на температурите. Водата трябва да бъде разположена на удобно място, което също така да отговаря на изисквания за безопасност и хигиена. Водата трябва да бъде по вкуса на децата и с подходяща температура. Необходимо е обаче децата да бъдат насърчавани и подкрепяни да пият вода през целия ден, докато са в училище.

От края на 90-те години в Обединеното кралство има редица доклади и регулаторни документи, които разглеждат питейната вода в училищата и имат за цел да насърчават консумацията ѝ и едновременно да подпомагат училищата в тази посока.

Ресурси:

https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/788884/School-food-in-England-April2019-FINAL.pdf

Степен на разпространение на затлъстяване, наднормено тегло и кариес сред децата / младежите

През 2010 г. Министерството на здравеопазването стартира кампанията „Храната в училищата“ в опит да се справи с нарастващите нива на затлъстяване сред децата. Кампанията имаше за цел да насърчи училищата да предлагат здравословни храни и напитки в автоматите в учебните заведения. Проектът се реализира в 500 училища, с цел след това да се разработи национален подход за насърчаване на здравословното хранене и пиене при деца и да се помогне на училищата, учителите и образователните власти да разработят подобни схеми в дългосрочен план.

Редица заинтересовани групи във Великобритания настояват, че твърде много захар може да доведе до здравословни проблеми като затлъстяване, проблем със зъбната хигиена и диабет. През 2018 г. правителството въведе налог на безалкохолни напитки, наричан още „данък върху захарта“ с цел производителите на безалкохолни напитки да намалят съдържанието на захар в напитките, които произвеждат. Производителите на безалкохолни напитки, които не сторят това, плащат такса, чийто прогнозни стойности възлизат на 240 милиона британски лири всяка година. Тези пари отиват за удвояване на средставата по програмата „Физическо възпитание и спорт в основните училища“ ([Primary Sports Premium](#)) чрез създаване на т.нар. Фонд за здрави ученици ([Healthy Pupils Capital Fund](#)), който да помогне на училищата да модернизират спортните си съоръжения и да предоставят на децата достъп до най-висококачествените съоръжения за физическа активност. Събраните средства също така ще подпомогнат т.нар. клубове за здравословна закуска в училища ([healthy school breakfast clubs](#)). След въвеждането на данъка върху захарта също имаше призови от лобисти да се забранят всички безалкохолни напитки в училищата, за да се въздейства положително върху намаляване на нивата на затлъстяване и дентални проблеми сред децата.

Ресурси:

https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/251020/The_School_Food_Plan.pdf

Достъп до чиста питейна вода

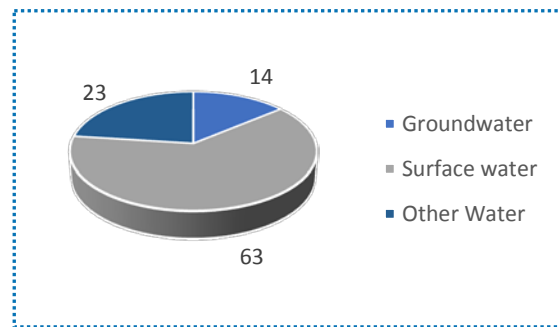
Ресурси от питейна вода в Обединеното Кралство

Подземни ресурси: 23%

Повърхностни ресурси: 63%

Други: 23%

В Обединеното Кралство около 90% от населението се снабдява с вода за питейно-битови нужи от частни компании.



Имат ли учебните заведения достъп до безопасна питейна вода?

Има три основни начина за достъп до водоснабдителната мрежа в училищната среда: диспенсъри за вода, фонтани за пиене на вода и бутилка с вода на чина на всяко дете.

Диспенсърите за вода използват вода от водоснабдителната мрежа или бутилирана вода, но първите са по-предпочитани. При тях се използват чаши за еднократна употреба, чаши или бутилки за многократна употреба. Този вариант освен удобен, също така е предпочитан, защото осигурява свежа и на подходяща температура вода за пиене.

Предимствата на охладените и неохладени фонтани за пиене на вода е, че не е нужен съд за наливане на водата. Има и такива, които са оборудвани със система за филтриране. Наред с чешмите, те са най-разпространеното съоръжение за пиене на вода в учебните заведения във Великобритания.

Бутилките с вода на чиновите на децата са най-лесният, най-евтиният и най-ефективният начин децата да консумират нужното количество вода за деня. Бутилките се осигуряват или от училищете, или всяко дете си носи от вкъщи. Или училищата могат да доставят бутилка с вода, или тя може да бъде донесена от дома. Използването на бутилки с вода за многократна употреба също е добър начин за запознаване с темата за пластмасовите отпадъци и рециклирането им.

Ресурси:

Report on the Quality of Drinking Water in the European Union, 2016 (examining the Member States' reports for the 2011-13 period). <http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/pdf/reports/EN.pdf>

Има ли изисквания или разпоредби за питейната вода в учебните заведения?

Според нормативни документи в сферата на образованието, засягащи помещенията в учебното заведение, изготвени от правителствения департамент за образование и умения (DfES) през 1999 г.: „Училището трябва да осигурява пълноценна доставка на вода за битови нужди, включително снабдяване с питейна вода“. Освен това Националните препоръки за здравен стандарт в училищата от 1999 г. поставят като основно изискване достъпа до чиста питейна вода във всяко училище.

През 2005 г. School Meals Review Panel изготви доклад „Преобръщане на масите: трансформиране на училищното хранене“ („Turning the Tables: transforming school meals“). В този доклад експертната група предлага учениците да има лесен достъп до безплатна, прясна питейна вода в училищата по всяко време. След този доклад през 2006 г. DfES изготви своите стандарти за училищна храна, които препоръчват осигуряването на подходяща и в достатъчно количество питейна вода в училищата.

През 2013 г. Хенри Димбълби и Джон Винсент написаха План за училищна храна (School Food Plan), който има за цел да подобри училищната храна. След внедряването на плана, Министерството на образованието разработи нов набор от стандарти за храните, сервиращи в училищата. Те стават задължителни във всички училища от януари 2015 г.

През 2016 г., Министерството на образованието представи ръководния документ «Храната в училищата в Англия» (School Food in England). Това ръководство се основава на

правителственото законодателство от 2014 г., озаглавено „изискванията за регламентиране на храната, предлагана в училищата, 2014“. Освен че предлага съвети на училищните управители във връзка с училищната храна, в документа от 2016 г. се подчертава, че питейната вода трябва да се осигурява безплатно по всяко време в училищните помещения.

Ресурси:

<http://www.legislation.gov.uk/uksi/1999/2/contents/made>