

„Cukier pod kontrolą, czyli zdrowie w Twoich rękach”

14 listopada obchodzimy **Światowy Dzień Cukrzycy**. Data nie jest przypadkowa – to rocznica urodzin Fredericka Bantinga, kanadyjskiego lekarza, który wraz z Charlesem Bestem odkrył insulinę w 1922 roku. Pierwszy skuteczny zastrzyk insuliny podano w tym samym roku, co uratowało życie 14-letniemu chłopcu.

Przed odkryciem insuliny cukrzyca była chorobą śmiertelną. Leczenie polegało m.in. na głodówkach, podawaniu alkoholu, narkotyków, a nawet rakotwórczych substancji. Dziś wiemy, że główne czynniki ryzyka zachorowania to otyłość, brak ruchu i niezdrowa dieta. Dlatego edukacja zdrowotna w szkołach i przedszkolach odgrywa kluczową rolę w budowaniu świadomości zdrowotnej.

Profilaktyka cukrzycy poprzez edukację dzieci i młodzieży jest skuteczną strategią zapobiegania chorobie, kształtowania zdrowych nawyków i budowania świadomości zdrowotnej od najmłodszych lat. Jeszcze 30 lat temu cukrzyca typu 2 była uznawana za chorobę dorosłych. Dziś coraz częściej diagnozuje się ją u dzieci i nastolatków.

Zachęcamy do popularyzacji **Światowego Dnia Cukrzycy** poprzez realizację scenariusza interdyscyplinarnego projektu edukacyjnego do biologii dla III etapu edukacyjnego pt. **„Słodki zabójca”**, autorstwa Małgorzaty Maraszek. Treści kształcenia ujęte w projekcie wynikają z zapisów podstawy programowej do biologii, chemii i informatyki.

Dlaczego warto uczyć dzieci o cukrzycy?

- **„Słodka wiedza chroni przed gorzkimi skutkami”** – edukacja pomaga rozpoznać objawy i zapobiegać powikłaniom, zanim pojawi się realne zagrożenie.
- **„Nie tylko dla chorych – dla wszystkich ciekawych”** – dzieci uczą się, jak wspierać kolegów z cukrzycą, zamiast się ich bać czy wykluczać.
- **„Glukoza pod kontrolą – supermoc na co dzień”** – wiedza o cukrzycy uczy samodyscypliny, planowania i odpowiedzialności.
- **„Mniej cukru, więcej energii!”** – edukacja promuje zdrowe nawyki żywieniowe i aktywność fizyczną, które chronią przed cukrzycą typu 2.
- **„Zrozumienie zamiast tabu”** – dzieci, które wiedzą, czym jest cukrzyca, nie wyśmiewają, nie boją się i nie wykluczają – budują wspierające środowisko.
- **„Od insuliny do inspiracji”** – dzięki poznaniu historii osób z cukrzycą dzieci uczą się, że z chorobą można żyć aktywnie, twórczo i pełnią życia.
- **„Szkoła życia zaczyna się od zdrowia”** – edukacja zdrowotna to inwestycja w przyszłość, więc im wcześniej ją zaczniemy, tym lepiej.



Słodki zabójca

Małgorzata Maraszek

Scenariusz interdyscyplinarnego
projektu edukacyjnego do biologii
dla III etapu edukacyjnego – liceum ogólnokształcące i technikum

opracowany w ramach projektu:

„Tworzenie zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego w zakresie rozwoju umiejętności uniwersalnych dzieci i uczniów oraz kompetencji kluczowych niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

Warszawa 2023

Zapraszamy również do realizacji powiązanego tematycznie interdyscyplinarnego projektu edukacyjnego do chemii dla III etapu edukacyjnego (liceum ogólnokształcące i technikum) pt. **„Laktoza, sacharoza i glukoza: ile cukrów jest w Twoim koktajlu?”**, autorstwa Małgorzaty Stryjeckiej.

Laktoza, sacharoza i glukoza:
ile cukrów jest w Twoim koktajlu? | Małgorzata Stryjecka

**Scenariusz interdyscyplinarnego
projektu edukacyjnego do chemii
dla III etapu edukacyjnego – liceum ogólnokształcące i technikum**

opracowany w ramach projektu:
„Tworzenie zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces wychowania przedszkolnego
i kształcenia ogólnego w zakresie rozwoju umiejętności uniwersalnych dzieci i uczniów
oraz kompetencji kluczowych niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

Warszawa 2022

Fundusze Europejskie
Wzrost Edukacja Rozwój

Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny