

Eesti riiklike toitumissoovituste uuendamine

Paneelgrupi 9. koosolek

02.10.2015 Tallinn, hotell Meriton kell 10.30-16.30

Protokoll

Osalejad: Anneli Sammel, Tagli Pitsi, Eha Nurk, H. Noormets (TAI); Sirje Vaask, Saima Kuu, Piret Vacht (TLÜ), Eve Sooba (ETAS); Piret Rajasalu, Heneli Lamp (VTA); Maia Radin, Katrin Lõhmus (MEM); Sirje Potisepp (Toiduliit); Marike Eksin (SoM); Mai Maser (ETÜ); Inga Villa (TÜ); Laine Parts, Piret Simm (TTK); Kristel Ehala-Aleksejeva (TÜK); Lee Vallikivi (EPS); Reet Raukas (Lastearstide Selts)

Toitumissoovituste eelnõu arutelu

Töörühmale edastati toiduohutuse ja märgistuse failid ning tervikteksti fail, milles kõik osad ei ole veel lõplikud. Arutleti antioksidantide temaatika detailsema kajastamise vajalikkuse üle soovitustes. Täiendava allikana toitumissoovitustele tuleks võtta aluseks FAO 2013 publitseeritud 178 leheküljeline raport. Töörühma ettepanekuid oodati toidusoovituse valdkonnas, 2000 kcal nädalapüramiidi, lisanud 3000 kcal nädalakogused ja arvutame soovituste põhjal nende nädalapüramiidi. Kõigi töögrupi liikmete panust oodati mõistete ülevaatamise-parandamise ning täiendavalt vaatasid töörühma liikmed konkreetseid kokkulepitud peatükke.

Toitumissoovituste rakenduskava

Arutelu tulemus:

Eesti toitumis-, liikumis- ja toidusoovituserakenduskava (2015-2021)

Planeeritavad tegevused soovituste rakendamiseks		Planeeritav aeg	Vastutaja
Teavitust, õpetust	1.1 Toitumis-, liikumis- ja toidusoovituste eelnõu avaldamine terviktekstina veebilehel www.terviseinfo.ee	2016 märts	TAI
	1.2 Toitumis-, liikumis- ja toidusoovituste eelnõu valmimisest teatamine veebilehtedel (nt www.med24.ee , www.toitumisoostajad.ee ; www.eptl.ee ; www.inimeseõpetus.eu , www.tervis.ee jne)	2016 märts	TAI
	1.3 Toitumis-, liikumis- ja toidusoovituste lühikokkuvõtte (a ~150 lk) paberväljaande levitamine perearstikeskustele, ambulatoorse ja statsionaarse eriarstiabi osutavatele tervishoiuteenuse osutajatele,	2016-2021	TAI

	hoolekandeesutustele, üldhariduskoolidele, kutsekoolidele, lasteaedadele ja raamatukogudele (planeeritav trükiarv 8000 tk). Väljaannet on võimalus soetada ka raamatupoodidest		
	1.4 Toitumis-, liikumis- ja toidusoovituste tutvustamine erialaväljaannetes nt Eesti Arst, Perearst, Pereõde, Eesti Õde, Apteeker, Õpetajate Leht, Eesti Ekspress, Meditsiiniuudised jm	2016-2017	TAI, erialaseltsid
	1.5 Toitumis-, liikumis- ja toidusoovitusi käsitlevate teabeürituste korraldamine, sh konverentsid ja eriomased teabeüritused kitsamale sihtrühmale (patsientideühingud, KOV töötajad, tervisedendajad jne)	2015-2021*	TAI, TA, TÜ, erialaseltsid, MEM
	1.6 Rahvastiku teavitamine tasakaalustatud toitumisest ja liikumisest (üleriigilised kampaaniad puu-, köögivilja ja kala tarbimise suurendamiseks, rohkelt soola ja suhkrut sisaldavate toitute vähem tarbimiseks, liikumise propageerimiseks). Artiklid erinevates meediaväljaannetes	2015-2021	TAI, MEM, KUM
	1.7 „Eakate toitumis- ja toidusoovituste” väljaande uuendamine, liikumise temaatika lisamine raamatusse ja veebipõhine avaldamine www.terviseinfo.ee veebilehel	2017-2018	TAI
	1.8 „Rasedate ja imetavate emade toitumis- ja toidusoovitused” väljaande uuendamine, liikumise temaatika lisamine raamatusse ja veebipõhine avaldamine www.terviseinfo.ee veebilehel	2017-2018	TAI
	1.9 „Väikelaste, laste, noorte toitumis- ja toidusoovitused” väljaande uuendamine, liikumise temaatika lisamine raamatusse ja veebipõhine avaldamine www.terviseinfo.ee veebilehel	2017-2018	TAI, Lastearstide Selts
	1.10 Juhiste koostamine koostamine kooli ja lasteaia toitlustajate hankemenetluse läbiviimiseks	2016-2017	TAI

Koolitus	2.1 Tervishoiutöötajatele suunatud toitumist ja toitu käsitleva e-täiendõppe koolituste korraldamine https://sisu.ut.ee/toitumine (sihtgrupp: perearstid, pereõed, jt tervishoiutöötajad)	2016 – 2021	TÜ
	2.2 Koolide ja lasteaedade toitlustajatele ja menüüde koostajatele koolituste korraldamine	2016-2021	TAI, kutsehariduskeskused

	2.3 Toitumist käsitleva õpetajaraamatu kohandamine vastavalt muutunud soovitudele; koolituste (ca 40 tk aastas) korraldamine õpetajatele (sh inimeseõpetuse ja kodunduse õpetajad)	2016-2018	TAI
Töövahendid	3.1 Toitumise infosüsteemi www.nutridata.ee kaasajastamine vastavalt uuendatud toitumis- ja toidusoovitudele ja institutsionaalse toitlustamise vajadustele	2015-2016	TAI
	3.2 Uue täiskasvanutele suunatud toidupüramiidi visuaali kujundamine, avaldamine www.terviseinfo.ee , www.toitumine.ee lehtedel, plakati tootmine ja levitamine töökohtades, toitlustusasutustes	2015-2016	TAI
	3.3 Uue lastele suunatud toidupüramiidi visuaali kujundamine, avaldamine www.terviseinfo.ee , www.toitumine.ee lehtedel, plakati tootmine ja levitamine koolides ja lasteaedades	2015-2016	TAI
	3.4 Uue taldrikureegli visuaali väljatöötamine, avaldamine veebilehel www.toitumine.ee , plakati tootmine, levitamine töökohtadel, toitlustusasutustes, koolides ja lasteaedades	2016-2017	TAI
	3.5 Teavikud: „Tasakaalustatud toitumine ja liikumine“, „Toidurasvad“, „Suhkur“, „Sool“, „Puu- ja köögiviljad“ kaasajastamine ja tootmine	2016-2017	TAI
Regulatsioonide kaasajastamine	4.1. Kehtivate toitlustust reguleerivate määruste kaasajastamine vastavalt uuendatud toitumis- ja toidusoovitudele (laevapere, vanglad, lasteasutused, tervishoiu-hoolekandeesutused)	2016-2021	TAI, SoM, TA, erialaseltsid jt
	4.2. Toitumis- ja toidus- ning liikumissoovitude rakendamist toetavate seadusandlike regulatsioonide (transrasvhapped, energijaogid jm) analüüs, vajadusel muudatuste ettevalmistamine ja jõustamine	2018-2020	SoM, MEM

* 2015-16. a üritused: Toitumiskonverents, 05.11.15; Kliinik 2016, 11.02.16; Ämmaemandate Ühingu koolitus, 11.02.2016; Diabeediliidukoolitus, 21.04.16; X Toiduainetööstuse aastakonverents Toit ja tervis, 22.04.16; Tervisedenduse konverents, 3.06.16; Tasakaalustatud toitumise konverents, Toiduliit, 8.06.16; Piirkondlikud infopäevad, 2016

Toitumissoovitude konverents

Toitumise konverents toimub 05. novembril Tallinna Ülikoolis, auditooriumis Maximus, (Narva mnt 27).

Konverentsil anname ülevaate:

- toitumise- ja liikumise rohelise raamatu koostamisest,
- Eesti riiklike toitumis- ja toidusoovitude uuendusest Põhjamaade tõenduspõhistel alustel
- värskest üleriigilisest toitumisuuringust,
- toitumisenõustamise kutseandmisest.

Samuti saame ülevaate kogukonnale suunatud sekkumisest Bornholmi saarel, Rootsisis Toitumissoovitude Töörühma liikmetelt oodatakse ettepanekuid toitumiskonverentsile kutsutute osas. Kokku mahutab saal kuni 300 inimest.

Edasised tegevused

1. Toitumissoovituste tutvustamine, täiendamine ja avalikuks aruteluks esitamine

Järgmine protsessi etapp on 05. novembril toimuv vahetulemusi tutvustav konverents

Protokollis: Anneli Sammel