



Food and Agriculture
Organization of the
United Nations



CZECH REPUBLIC
DEVELOPMENT COOPERATION



შვედეთი
Sverige



ევროკავშირი
საქართველოსთვის

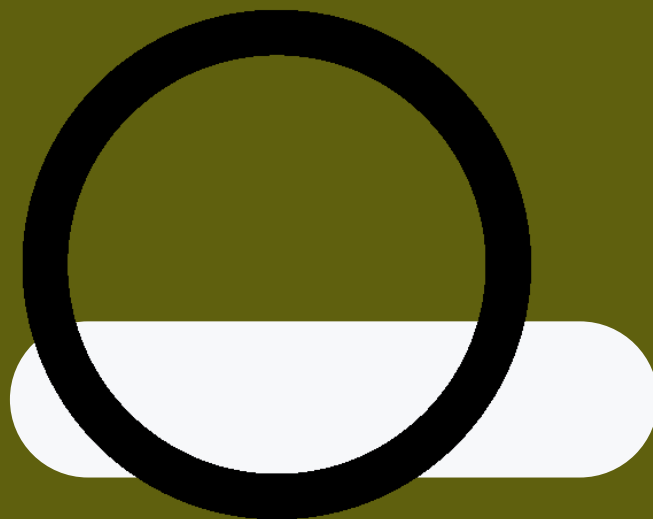


I. თემა _ სურსათის უვნებლობა, სასურსათო უსაფრთხოება და ხარისხი

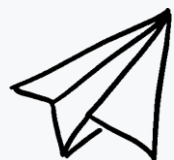
ვორქშოპი მოსწავლეებისთვის
გარემოსდაცვითი ინფორმაციისა და განათლების ცენტრი



შეხვედრის შემდეგ ჩვენ შევძლებთ:



- გამოვიცნო, რა არის და როგორი შეიძლება იყოს სურსათი;
- ვიმსჯელო სურსათის უვნებლობაზე, როგორია უვნებელი სურსათი და მისი ხარისხი;
- ამოვიცნო სურსათის ბიოლოგიური, ქიმიური და ფიზიკური საფრთხეები;
- ვიმსჯელო თუ როგორ შეიძლება მოვიქცეთ, სურსათში ბიოლოგიური, ქიმიური და ფიზიკური საფრთხეების დროს და შევიმუშაო პრევენციული ღონისძიებები.



შეხვედრის გეგმა

- შეხვედრის მიზნის წარდგენა
- სამაგიდო თამაში „ფერმიდან სუფრამდე“
- აქტივობა: „გავიცნოთ სურსათი“
- რა არის სურსათი, სურსათის უვნებლობა, ხარისხი
- აქტივობა: „კუნძული“
- შეჯამება- კაპუტი

NEXT

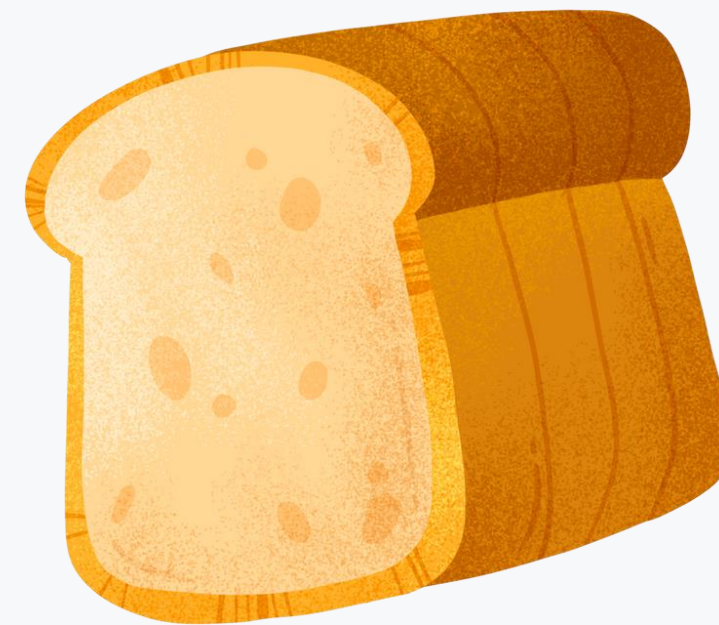
- დავიყოთ ჯგუფებად
- ავირჩიოთ მოცემული სურსათის ბარათებიდან ერთი
- შევავსოთ სურსათის ანკეტა



შოკოლადი



რძე



პური



კვერცხი

სურსათის ანკეტა

სურსათის დასახელება:	
შენი აზრით რა არის სურსათის მთავარი ფუნქცია?	
შენი აზრით რითი შეიძლება განსხვავდებოდეს სურსათი ერთმანეთისაგან?	
როგორ ფიქრობ: სოფლის მეურნეობის რომელმა დარგმა შექმნა შენი სურსათი?	 მეშენარეობა ☐  მეცხოველეობა ☐
გამოთქვი ვარაუდი: შენი აზრით, რა საფრთხე შეიძლება შეექმნას სურსათს სანამ სუფრამდე მოვა?	
გამოთქვი ვარაუდი: როგორ შეიძლება სურსათი აღმოჩნდეს ადამიანის ორგანიზმისთვის მავნებელი?	
ჩამოთვალო, კიდეც რა გინდა რომ იცოდეს სურსათის შესახებ:	

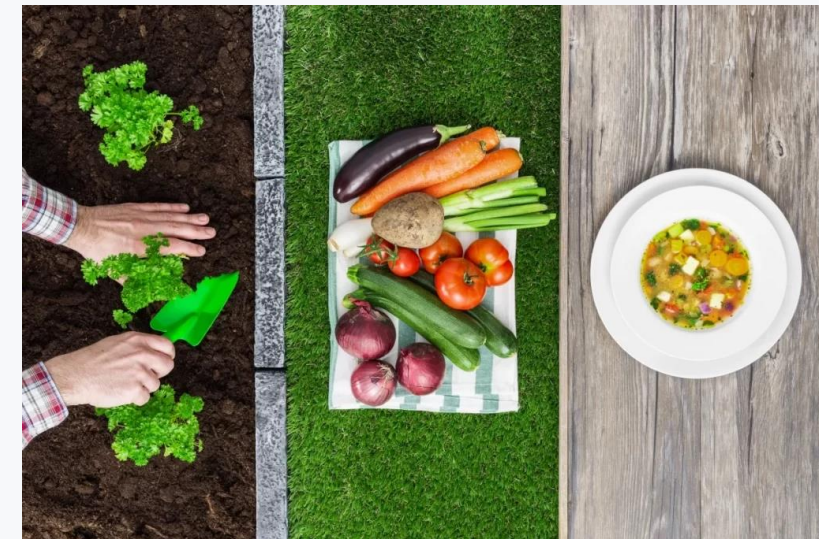
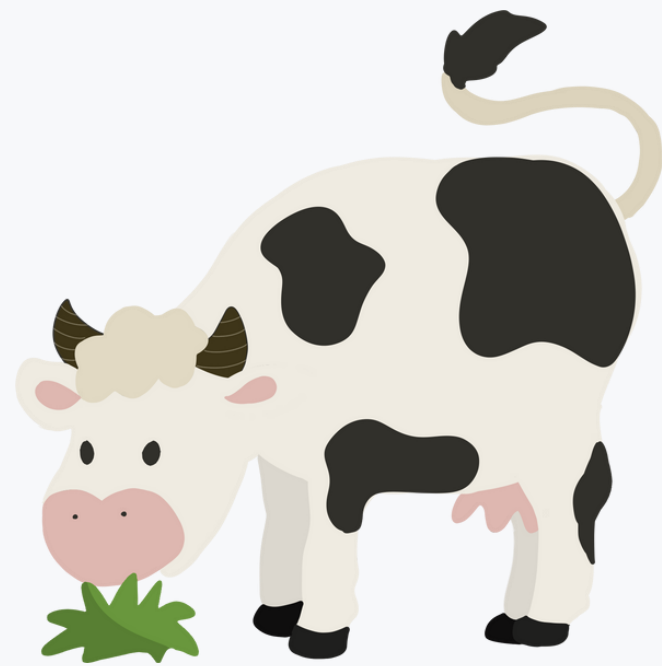
აქტივობის წარდგენა შეჯამება

სამაგიდო თამაში: „გზა ფერმიდან სივრამდე“



აქტივობა 2

- როგორ წარმოგიდგენიათ რა გზას გაივლიდა შენს მიერ არჩეული სურსათი ფერმიდან სუფრამდე?
- სამუშაო ფურცელზე, დახატე ან დაწერე, თუ რა გზას/რა ეტაპებს გაივლიდა შენი სურსათი ფერმიდან სუფრამდე?

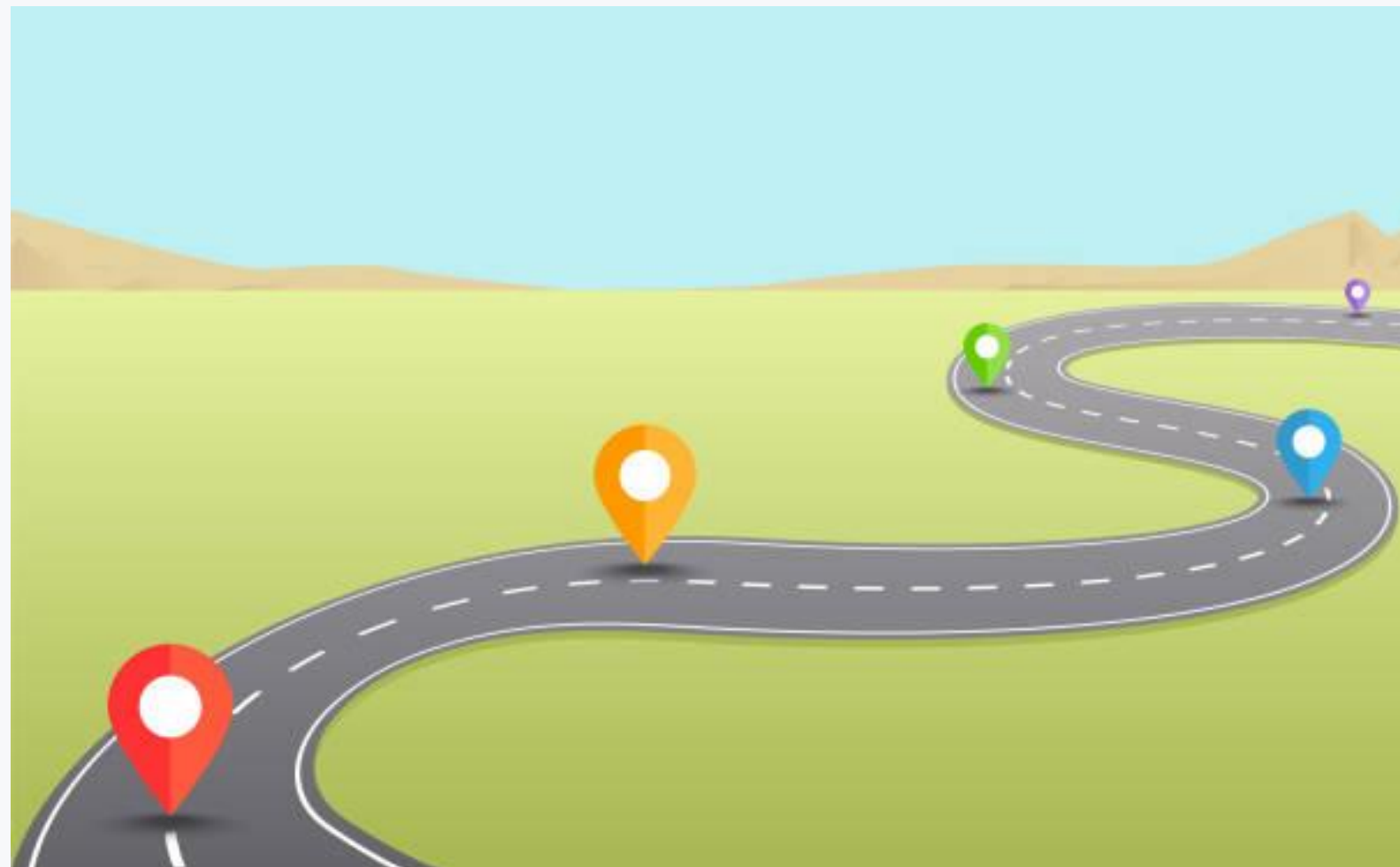


სამუშაო ფურცელი გზა ფერმიდან სუფრამდე

ჯგუფი N 1.

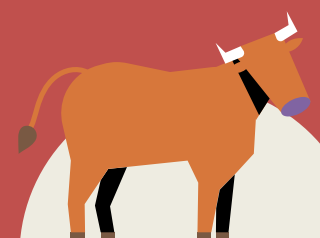
სურსათის დასახელება-----

დავალების პირობა:სამუშაო ფურცელზე ააწყვე შენი სურსათის მიერ გავლილი გზა.
თანმიმდროებით დახატე ან დაწერე, თუ რა გზას გაივლიდა შენი სურსათი ,სანამ სუფრაზე აღმოჩნდება;

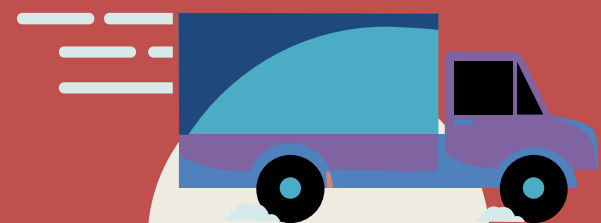


გზა ფერმიდან სუფრამდე

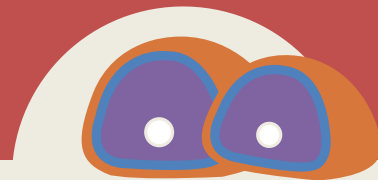
1-2



3-4



5-6



7-9



YUM!



*შენი აზრით, რა არის სურსათი და რა საფრთხე
შეიძლება შეექმნას სურსათის სანამ სუფრამდე მოვა?*

რა არის სურსათი ?

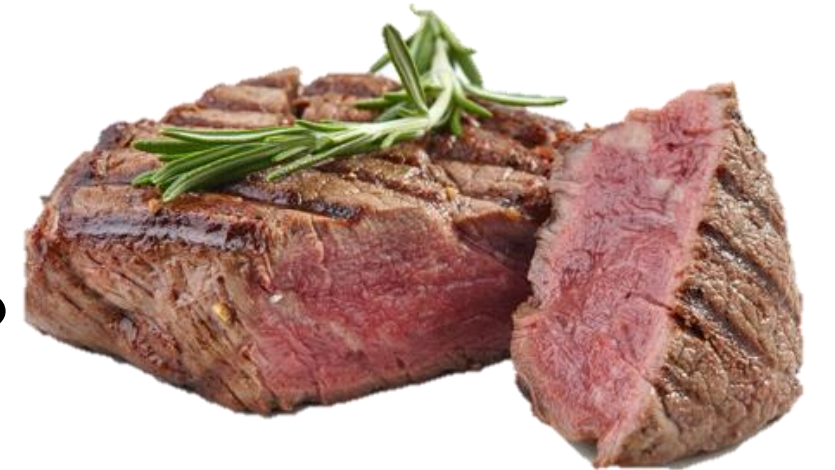
- **სურსათი** – ადამიანის საკვებად განკუთვნილი ნებისმიერი პროდუქტი, გადამუშავებული, ნაწილობრივ გადამუშავებული, გადამუშავებელი. სურსათი მოიცავს ყველა სახის სასმელს, საღებავ რეზინს და ყოველ ნივთიერებას (წყლის ჩათვლით), რომელიც მიზანმიმართულადაა დამატებული სურსათის შემადგენლობაში მისი წარმოებისა და გადამუშავების დროს.



როგორი სახის სურსათი არსებობს?

წარმოშობის მიხედვით:

- **ცხოველური სურსათი** - სხვადასხვა ცხოველის, მაგალითად ღორის, საქონლის, ფრინველის ხორცი, თევზი, კვერცხი, რძე და რძის ნაწარმი და მათგან დამზადებული პროდუქტები და ა.შ.
- **მცენარეული სურსათი** - ხილი, ბოსტნეული, კენკროვნები, მარცვლოვნები, პარკოსნები და სხვა...



რა არის სრულფასოვანი კვება და რატომ ვიკვებებით?

სრულფასოვანი კვება - კვების რაციონში ისეთი ცხოველური და მცენარეული წარმოშობის პროდუქტების ჩართვაა, რომელიც უზრუნველყოფს ორგანიზმს საჭირო რაოდენობის ცილებით, ცხიმებით, ნახშირწყლებით, ვიტამინებითა და მიკროელემენტებით.

სრულფასოვანი კვება - უზრუნველყოფს ორგანიზმის:

- ჯანმრთელობას
- ზრდა-განვითარებას
- გამრავლებას
- შრომისუნარიანობას
- სიცოცხლის ხანგრძლივობას
- ფიზიკურ და გონებრივ განვითარებას
- ორგანიზმის მდგრადობის შენარჩუნებას
- გარემო ფაქტორების უარყოფითი ზემოქმედების მიმართ



ჯანმრთელი ადამიანი სურსათის მიღების გარეშე არაუმეტეს 5-7 დღის განმავლობაში ცოცხლობს.

არასრულფასოვანი სურსათის მოხმარება კი იწვევს ორგანიზმის თანდათანობით დასუსტებას და სხვადასხვა დაავადებების განვითარებას.

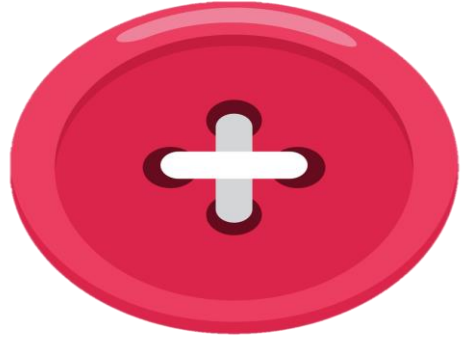
რას არის სურსათის უვნებლობა?

რისკს სურსათი იმ შემთხვევაში უქმნის ადამიანის ჯანმრთელობას და სიცოცხლეს, თუ მასში ადამიანის ჯანმრთელობისათვის საშიში ქიმიური და ბიოლოგიური წარმოშობის ნივთიერებები დაგროვდნენ ან შეიცავს ფიზიკურ საფრთხეებს.

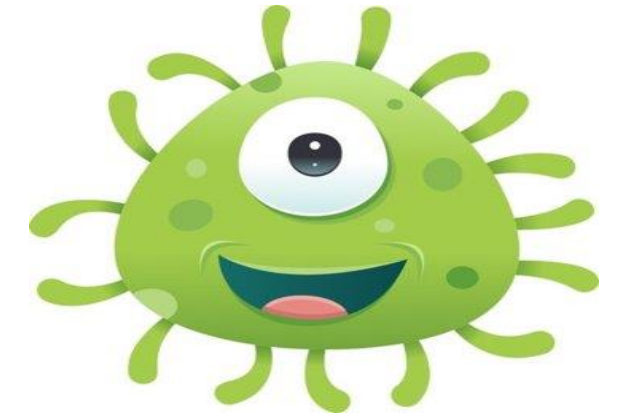
სურსათი მავნედ მიიჩნევა, თუ იგი რისკს უქმნის ადამიანის ჯანმრთელობას ან/და სიცოცხლეს და არ არის მიზანშეწონილი ადამიანის მიერ მისი მოხმარება.

სურსათის უვნებლობა - გარანტია, რომ სურსათი არ გამოიწვევს მომხმარებლის ჯანმრთელობაზე უარყოფით ზეგავლენას, როდესაც ის მომზადებულია და/ან მირთმეულია მისი მიზნობრივი გამოყენების შესაბამისად.

სასურსათო საფრთხეები



ფიზიკური: ძვალი, ხრტილი, ბეწვი, თმა, ნაჭუჭი, კურკა, შუშის ნატეხი, ლურსმანი, სამკაული, ქვა ...

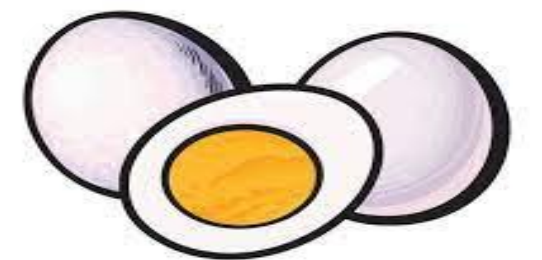


ბიოლოგიური: ბაქტერიები, ვირუსები, პარაზიტები, სოკოები



ქიმიური: მიკოტოქსინები(აფლატოქსინები), საკვებდანამატები(კონსერვანტები, გამაფხვიერებლები, დამატკბობლები), სარეცხი/სადეზინფექციო საშუალებები (სამზარეულოს ადჰურვილობიდან, ინვენტარიდან, შესაფუთი მასალიდან)

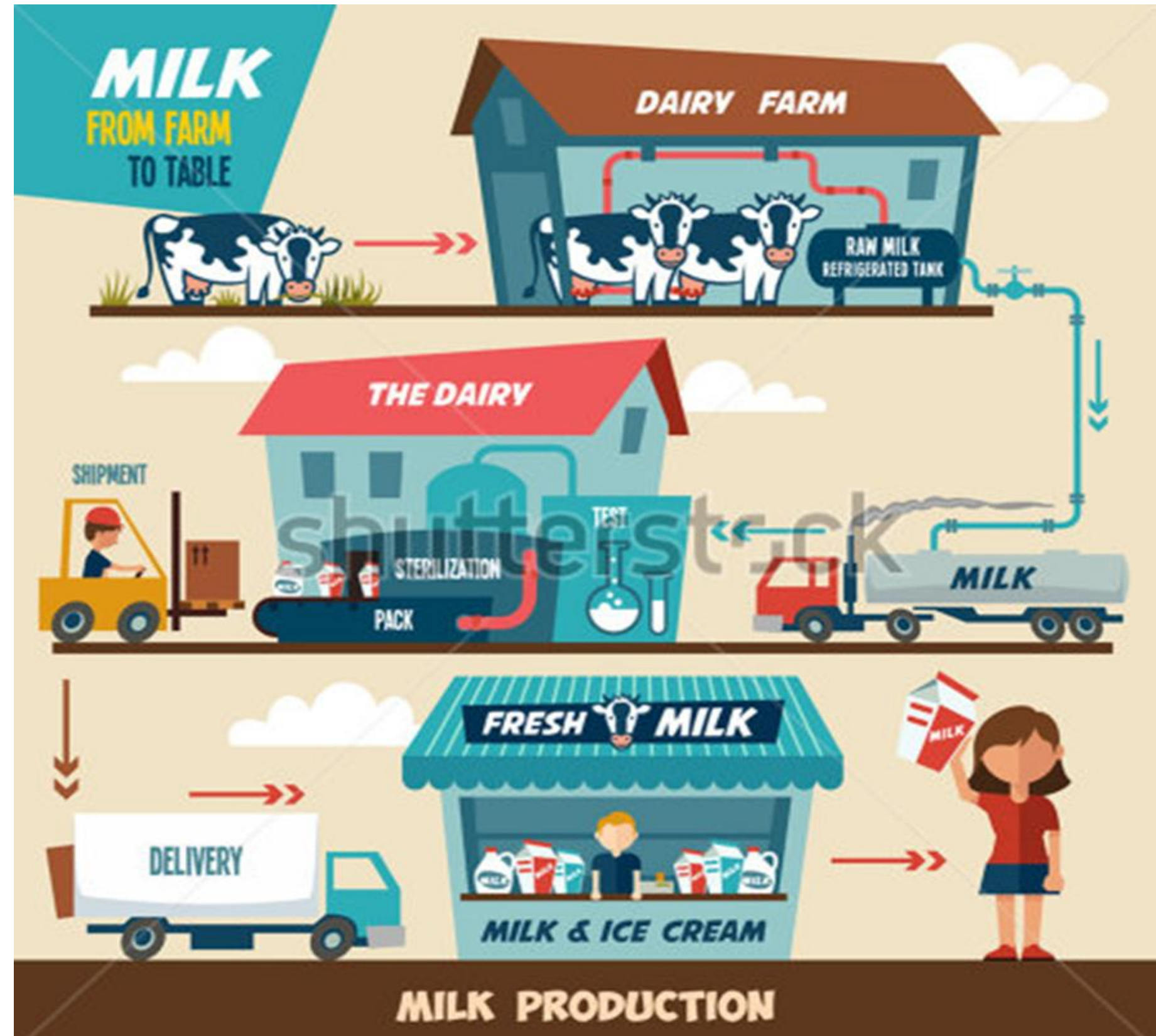
ალერგენები: გლუტენი (ხორბალი, ქერი, შვრია), კვერცხი, რძე, თევზი, კიბოსნაირები, მოლუსკები, მიწის თხილი (არაქისი), კაკლოვანები, მდოგვი, ნიახური და სხვა.



სურსათის უვნებლობა “ფერმიდან სუფრამდე”

სურსათის უვნებლობის მართვა
ფერმერულ მეურნეობაში იწყება
და შემდეგ სასურსათო ჯაჭვის
მომდევნო ეტაპებზე გადადის.

სურსათის უვნებლობის
კონტროლი საჭიროა „ფერმიდან
სუფრამდე“





სსიპ სურსათის
ეროვნული სააგენტო

საქართველოში სურსათის უვნებლობის მთავარი
მაკონტროლებელია სურსათის ეროვნული
სააგენტო, რომელიც მოსახლეობის
ჯანმრთელობის დაცვის მიზნით ახორციელებს
მეწარმის კონტროლს.

HACCP არის სურსათის უვნებლობის მართვის სისტემა, რომელიც
ბიოლოგიური, ქიმიური და ფიზიკური საფრთხეების, მათ შორის
ალერგენების იდენტიფიცირებით და მათზე კონტროლის
განხორციელებით უვნებელი სურსათის წარმოების შესაძლებლობას
იძლევა



სურსათის უვნებლობის მოთხოვნების დარღვევის გამოვლენის შემთხვევაში,
შეგვიძლია მივმართოთ **სურსათის ეროვნული სააგენტოს ცხელ ხაზს 15 01**

ვიდეო რგოლი “სეს-ის ცხელი ხაზი”: <https://www.momxmarebeli.ge/resources/animations/37>

რა სხვაობაა სურსათის უვნებლობას, სასურსათო უსაფრთხოებასა და სურსათის ხარისხს შორის?

სურსათის უვნებლობა გულისხმობს სურსათის მოხმარებით გამოწვეული რისკებისგან ადამიანის სიცოცხლისა და ჯანმრთელობის დაცვას.

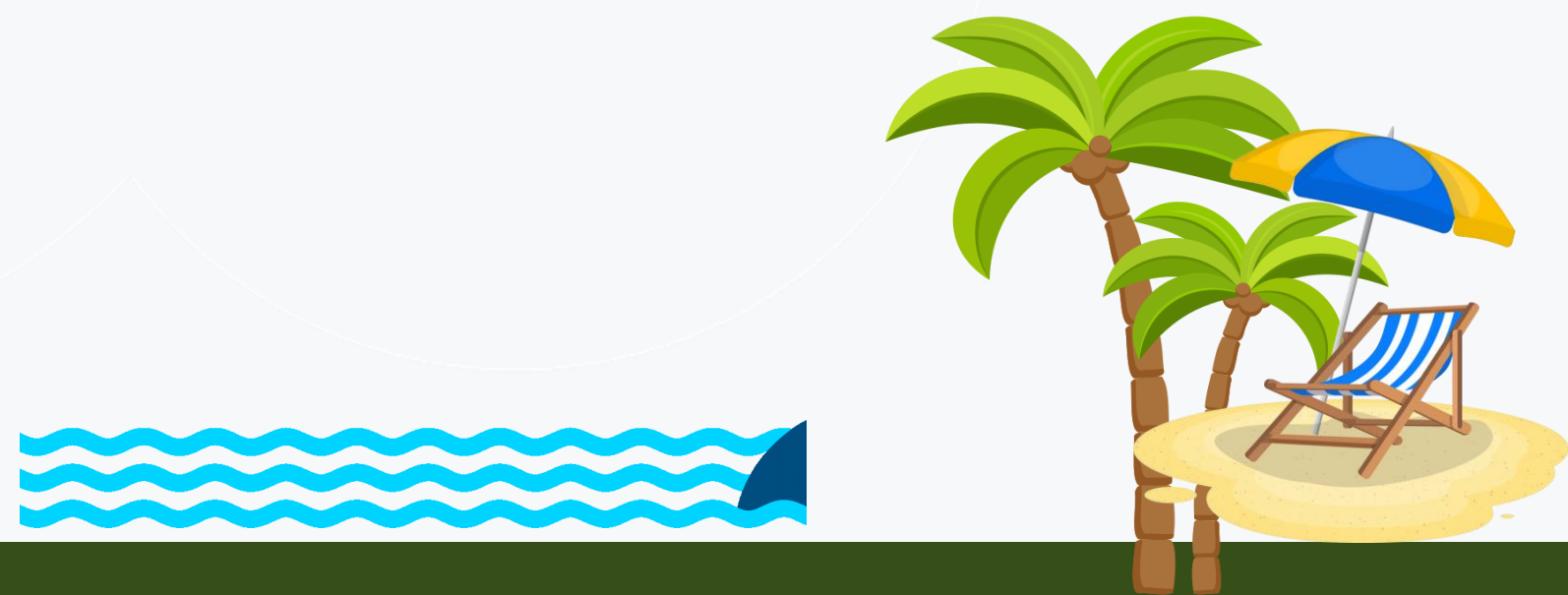
სასურსათო უსაფრთხოება არის ნებისმიერი ქვეყნის ყველა ფენის მოსახლეობის ფიზიკური და ეკონომიკური ხელმისაწვდომობა აქტიური და ჯანმრთელი ცხოვრების შენარჩუნებისათვის, საჭირო რაოდენობისა და კვებითი ღირებულების მქონე უვნებელ სურსათზე.

სურსათის ხარისხი კი არის უვნებელი სურსათის იმ მახასიათებლების ერთობლიობა, რომელიც დაკავშირებულია მომხმარებლის ეკონომიკურ ინტერესებთან (მაგ: გემო, სუნი, ფერი, კონსისტენცია, შეფუთვის წონა, დიზაინი და სხვა).



აქტივობა - კუნძული

- წარმოიდგინეთ რომ მიდიხართ 10 დღით, ექსტრემალური ტურით ტროპიკულ კუნძულზე, სადაც ძალიან ბევრი საშიში ცხოველი ბინადრობს. დაგევალათ თავის გადარჩენის მიზნით, გამგზავრებამდე შეარჩიოთ ხუთი სურსათი,რომელიც დაგეხმარებათ უკაცრიელ კუნძულზე თავის გადარჩენაში. შეარჩიე სურსათის ნუსხიდან ხუთი პროდუქტი, ამოჭერი და ჩააკარი ქვემოთ მოცემულ საყიდლების კალათაში.



სურსათის ნუსხა: შეარჩიე მოგზაურობისთვის შენთვის სასურველი ხუთი სურსათი





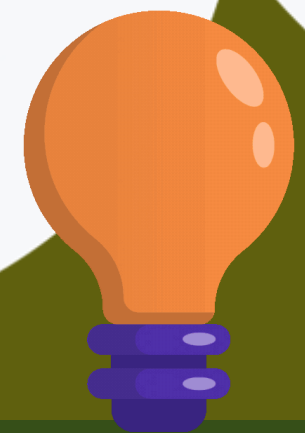
GO

საყიდვლების კალათა

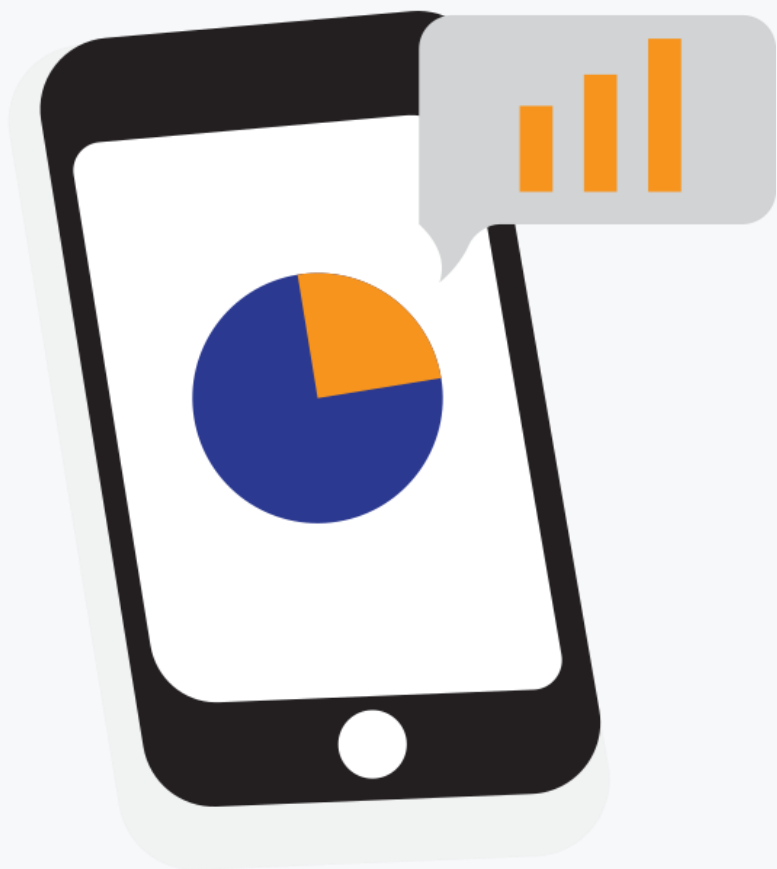


იმსჯელე : ქვემოთ ჩამოთვლილი სურსათიდან, რატომ აირიჩიე
კონკრეტულად შენს კალათაში მყოფი სურსათი?

შეაჯამე: კუნძულზე მოგზაურობისას, რომელი საფრთხე შეიძლება
დაემუქროს შენს მიერ შერჩეული სურსათის უვნებლობას და საშიში
გახდეს თქვენი ჯანმრთელობისათვის?



შევაჯამოთ KHAHOOT



მოდით შეხვედრა შევაჯამოთ kahoot_ით.

<https://create.kahoot.it/details/d7f8c17d-4a49-4b3a-a572-3f69c5a67ddb>

კაპუტის ლინკი



Food and Agriculture
Organization of the
United Nations



CZECH REPUBLIC
DEVELOPMENT COOPERATION



გარემოს დაცვისა და სოფლის
მეურნეობის სამინისტრო



შვედეთი
Sverige



ევროკავშირი
საქართველოსთვის



მადლობა ყურადღებებისთვის



სსიპ სურსათის
ეროვნული სააგენტო



სსიპ გარემოსდაცვითი
ინფორმაციისა და
განათლების ცენტრი

