

Nestlé Dukung Anak Lebih Sehat, Langkah Menuju Anak-anak yang Lebih Sehat



Ibu tentunya sudah tahu bahwa asupan gizi adalah bagian penting dalam memastikan tumbuh kembang si Kecil agar berjalan optimal. Tetapi seringkali memastikan si Kecil mendapat gizi seimbang setiap hari tidak semudah teorinya. Mendorong si Kecil untuk mau makan sayur dan buah lebih banyak, menyiapkan menu yang mengandung gizi seimbang, menggunakan bahan pangan sumber protein yang bervariasi, termasuk sumber protein nabati. Melakukan hal-hal tersebut setiap hari tentu memiliki tantangan tersendiri, bukan?

Program Nestlé Dukung Anak Lebih Sehat adalah usaha kami mendukung orang tua dalam membesarkan anak yang lebih sehat. Selain menghadirkan lebih banyak inspirasi pilihan makanan dan minuman bergizi untuk membantu memenuhi kebutuhan asupan anak, kami juga memberikan edukasi gizi melalui berbagai program kerjasama dengan sekolah-sekolah. Dukungan juga kami berikan melalui berbagai tips praktis untuk menjalani pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dan berbagai resep sehat bagi orang tua. Tujuan utama kami adalah membantu 50 juta anak di dunia untuk bisa hidup lebih sehat di tahun 2030.

Mengapa melibatkan si Kecil dalam proses menyiapkan makanan penting untuk dilakukan?

Melibatkan anak-anak dalam proses menyiapkan makanan dapat membantu mereka membentuk pola makan sehat. Secara umum anak-anak yang dilibatkan dalam menyiapkan menu sehat di rumah akan lebih mengenal jenis-jenis makanan sehat, manfaatnya bagi tubuh sehingga lebih termotivasi untuk makan buah dan sayuran lebih banyak. Dengan begitu, asupan gizi dan kualitas makan mereka juga menjadi lebih baik, pola makan sehat pun turut terbentuk. Karena itulah kami mendorong 'kebersamaan' dalam keluarga, dimana orang tua dan anak-anak terlibat bersama di dapur untuk menyiapkan menu makanan sehat.

Nah, bagaimana orang tua dapat melibatkan si Kecil dalam proses menyiapkan makanan di rumah? Misalnya dengan melibatkan anak menyusun menu makan keluarga sehari-hari, membuat daftar belanja, belanja bahan makanan sehat bersama, dan tentunya memasak bersama di rumah dan menyiapkan makanan di meja. Ada banyak aktivitas semacam ini yang dapat Ibu dan anak lakukan, tentunya sesuai dengan usia dan kemampuan anak. Kami juga menghadirkan berbagai pilihan menu sehat yang dapat Ibu dan si Kecil pilih serta siapkan bersama.

2 fokus utama program Nestlé Dukung Anak Lebih Sehat

1. Mempercepat transformasi varian produk Nestlé

Untuk memastikan brand-brand kami mendukung gaya hidup yang lebih sehat dan dapat memenuhi kebutuhan gizi harian, kami sudah menerapkan hal-hal berikut ini:

- 3.000 ton gula dikurangi dari produk – produk Nestlé pada tahun 2020
- 4 Miliar porsi produk difortifikasi dengan vitamin dan mineral
- 1.8 juta mangkuk Sereal gandum utuh dari NESTLÉ BREAKFAST CEREALS telah dikonsumsi oleh anak Indonesia

2. Menginspirasi melalui berbagai program dan layanan

Orang tua dan guru perlu dukungan untuk membesarkan anak dengan menerapkan pola makan dan pola hidup yang lebih sehat. Kami mengembangkan berbagai program dan layanan *online* untuk memberikan pengetahuan seputar gizi, resep-resep sehat dan berbagai tips praktis. Di tahun 2019 program Nestlé Dukung Anak Lebih Sehat sudah menjangkau 27,2 juta anak di 85 negara di seluruh dunia. Beberapa di antaranya yang telah dilakukan di Indonesia adalah sebagai berikut:

KEGIATAN OLAHRAGA MILO

Jika si Kecil tumbuh dengan olahraga, mereka akan menerapkan pola hidup yang lebih sehat dan aktif sekaligus belajar berbagai keterampilan dan nilai-nilai positif yang akan membantu mereka sukses dalam hidup.

Di Indonesia, sebanyak lebih dari 200.000 anak sudah turut serta dalam kegiatan olahraga MILO. Melalui program ini kami mendukung si kecil menemukan kecintaan mereka terhadap olahraga dan belajar mengenai pentingnya nilai-nilai kepemimpinan dan kerjasama dalam kelompok.

PROGRAM-PROGRAM SEKOLAH NESTLÉ FOR HEALTHIER KIDS (PENDIDIKAN GIZI “SIAP SEKOLAH DANCOW)

Kami bekerjasama dengan 300 rekan kerja di seluruh dunia, mendukung pola hidup yang lebih sehat di lingkungan sekolah di lebih dari 80 negara. Di Indonesia sendiri, sudah 78.000 anak yang telah mengikuti Pendidikan Gizi melalui program Siap Sekolah DANCOW.

Melalui program ini, kami memberikan modul yang dirancang khusus agar sekolah-sekolah dapat memberikan cakupan gizi dan aktivitas fisik yang luas bagi guru, orang tua, dan anak-anak. Program ini mengacu pada ilmu gizi dan perilaku dan tujuannya adalah supaya anak-anak dapat setidaknya menerapkan kebiasaan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Sumber: <https://www.Nestlé.com/csv/global-initiatives/healthier-kids/home>

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/nestl-dukung-anak-lebih-sehat-langkah-menuju-anak-anak-yang-lebih-sehat.html>