

VLERËSIMI I GJENDJES NUTRICIONALE DHE I NJOHURIVE, QËNDRIMEVE DHE PRAKTIKAVE TË LIDHURA ME ZAKONET E USHQYERJES TEK FËMIJËT E MOSHËS SHKOLLORE NË SHQIPËRI

Raport Studimor 2017-2018



Tiranë 2018

VLERËSIMI I GJENDJES NUTRICIONALE DHE I NJOHURIVE, QËNDRIMEVE DHE PRAKTIKAVE TË LIDHURA ME ZAKONET E USHQYERJES TEK FËMIJËT E MOSHËS SHKOLLORE NË SHQIPËRI

Raport Studimor 2017-2018

Jolanda Hyska, Genc Burazeri, Valeria Menza



Tiranë 2018

VLERËSIMI I GJENDJES NUTRICIONALE DHE I NJOHURIVE, QËNDRIMEVE
DHE PRAKTIKAVE TË LIDHURA ME ZAKONET E USHQYERJES TEK FËMIJËT
E MOSHËS SHKOLLORE NË SHQIPËRI

Raport Studimor 2017-2018

ISBN: 978-9928-238-58-0

© Instituti i Shëndetit Publik Tiranë, Shqipëri, 2018

Të gjitha të drejtat e rezervuara. Publikimet e Institutit të Shëndetit Publik (ISHP), Tiranë, Shqipëri, janë të disponueshme në formë elektronike dhe mund të shkarkohen nga adresa e këtij institucioni (<http://www.ishp.gov.al/>).

Përmbajtja e këtij dokumenti është përgjegjësi e hartuesve të raportit dhe në asnjë rast nuk do të konsiderohet si opinion i FAO.

Mirënjohje

Mbështetja financiare për realizimin e këtij studimi u sigurua nga Organizata e Bujqësisë dhe Ushqimit (FAO) përmes “Projektit Pilot për mbështetjen dhe zhvillimin e programit kombëtar për ushqimin dhe nutricionin në shkolla, në Shqipëri”, si dhe nga Instituti Kombëtar i Shëndetit Publik në Tiranë. Studimi u zbatua nga “Instituti Shqiptar i Shëndetit dhe Zhvillimit Shoqëror”.

Asistenca teknike dhe ekspertiza u siguruan gjatë gjithë studimit nga ekspertët e ISHP-së të përfshirë në këtë punë kërkimore. Gjithashtu, Ministria e Arsimit dhe Sporteve, FAO, UNICEF dhe ekspertët e OBSH-së të përfshirë në këtë studim, ofruan kontribut, komente dhe sugjerime të vlefshme gjatë gjithë procesit të zbatimit dhe rishikimit të studimit. Vlen të theksohet se angazhimi dhe ekspertiza e të gjithë anëtarëve të Grupit të Punës bëri të mundur përfundimin me sukses të këtij studimi ashtu edhe hartimin e raportit përfundimtar.

Valeria Menza ofroi mbështetje dhe asistencë teknike të rëndësishme gjatë gjithë ecurisë së punës të këtij studimi, duke përfshirë hartimin e studimit, përshtatjen e instrumenteve për mbledhjen e të dhënave, analizën e të dhënave dhe shkrimin e raportit.

Në veçanti, një falenderim i veçantë për të gjithë fëmijët pjesëmarrës në këtë studim, të cilët pa asnjë hezitim ishin bashkëpunëtorët tanë më të mirë në këtë përpjekje të përbashkët, në bashkëpunim edhe me prindërit e fëmijëve, stafin e shkollës dhe informatorët kyç në të gjitha rajonet e Shqipërisë.

PËRMBAJTJA

Mirënjohje.....	3
Hyrje.....	5
Qëllimi dhe objektivat e studimit.....	7
Partnerët.....	7
Hartimi dhe metodologjia e studimit.....	7
Popullata në studim.....	8
Metoda e përzgjedhjes së kampionit.....	10
Mënyra e përzgjedhjes.....	11
Materialet dhe mjetet.....	11
Përkufizime.....	13
Analiza e të dhënave.....	13
REZULTATET DHE DISKUTIMI.....	15
Gjendja nutricionale e fëmijëve.....	15
Njohuritë dhe perceptimet rreth ushqimeve, shëndetit dhe nutricionit.....	17
Burimet e informacionit.....	31
Praktikat dietetike dhe shëndetësore.....	31
Raportimi i fëmijëve mbi praktikat e tyre.....	32
Raportimet e prindërve mbi praktikat e fëmijëve.....	34
Praktikat familjare.....	37
Opinionet dhe pikëpamjet.....	42
Ushqimi, mjediset dhe pajisjet në shkolla.....	49
Edukimi mbi ushqimin dhe ushqyerjen.....	57
Perceptimet, aktivitetet dhe prioritetet e autoriteteve vendore.....	64

HYRJE



Studimet mbi gjendjen e ushqyerjes, njohuritë mbi dietën dhe praktikat ushqimore të popullsisë së përgjithshme shqiptare janë të pakta dhe jo gjithëpërfshirëse. Për më tepër, aktualisht nuk ka akoma studime të cilat mbulojnë gamën e plotë të fëmijëve të moshës shkollore nga 6 deri 15 vjeç.

Megjithëse nuk dihet shumë lidhur me gjendjen nutricionale dhe njohuritë lidhur me dietën ushqimore, qëndrimet dhe praktikat e nxënësve shqiptarë, të dhënat aktuale të disponueshme raportojnë se shumë fëmijë në vendin tonë hyjnë në shkollën fillore në gjendje të dobët nutricionale. Tek grup-mosha e fëmijëve nën moshën pesë vjeçare, rreth një e pesta (19%) janë të pazhvilluar mirë për moshën që kanë (prapambetje në rritje, ose janë të shkurtër për moshën), duke manifestuar shenja të kequshqyerjes kronike; në rajonet malore kjo shifër është më e lartë, duke arritur deri në 28% të fëmijëve. Dobësia (fëmijë shumë të dobët për gjatësi), një shenjë kjo e kequshqyerjes akute, prek rreth 9% të fëmijëve të kësaj grup-moshe, ndërsa rreth 5% e fëmijëve janë nën peshë në raport me moshën përkatëse. Vetëm një e katërta (25%) e fëmijëve të vegjël ushqehen sipas praktikave të rekomanduara për ushqyerjen foshnjore dhe fëmimore. Nga ana tjetër, një e pesta (22%) e fëmijëve nën-pesë vjeç janë mbipeshë. Rreth 17% e fëmijëve të moshës 6-59 muaj, janë të prekur të paktën nga një prej shkallëve të anemisë, me prevalencë dukshëm më të lartë në zonat rurale, midis banorëve që jetojnë në varfëri. Mungesa e moderuar e jodit mbetet ende një problem shqetësues.

Informacioni i disponueshëm për fëmijët shqiptarë të moshës 8-9 vjeç, evidenton faktin se shumë fëmijë në këtë grupmoshë përdorin dietë jo të shëndetshme, zakone jo të shëndetshme të të ushqyerit dhe aktivitet fizik të pamjaftueshëm. Shumë fëmijë kanë tendencë të anashkalojnë vaktet, sidomos mëngjesin (1 në 4 fëmijë shkojnë në shkollë pa konsumuar mëngjesin), kanë cilësi të dobët të ushqimeve dhe orare të çrregullta të ngrënies, njohuri të dobëta lidhur me ushqyerjen dhe të praktikave të mënyrës së jetesës. Prevalenca e mbipeshës në këtë grup moshë është në rritje, rreth 21.7% e fëmijëve të moshës 8-9 vjeç janë mbipeshë ose obezë; kjo shifër është edhe më e lartë në zonat urbane (26.2%). Sipas studimit Barra Globale e Sëmundshmërisë (GBD), 2016 në Shqipëri, faktori i dytë kryesor

i rrezikut që përbënte barrën më sinjifikante të sëmundshmëisë, ka të bëjë me rreziqet dietike. Sipas analizës së GBD-së 2016, niveli i përgjithshëm i vdekshmërisë që i atribuohet rreziqeve dietike në Shqipëri është rreth 221 vdekje për 100,000 banorë (95%CI=174-271). Në vitin 2016, rreziqet ushqimore përbënin 28.9% (95%CI=22.9%-34.2%) të nivelit total të vdekshmërisë (GBD, 2016). Gjithashtu, në vitin 2016, rreziqet ushqimore ishin të lidhura me rreth 3,960 DALY për 100,000 banorë, që llogaritet në rreth 15% (95%CI=12%-18%) të barrës së përgjithshme të sëmundshmërisë në Shqipëri. Tashmë është i mirënjohur fakti se efektet e zakoneve jo të shëndetshme të ushqyerjes, manifestohen që në fëmijërinë e hershme. Prandaj, vlerësimi specifik i faktorëve të rrezikut dietik është i një rëndësie të veçantë për fëmijët shqiptarë.

Megjithatë, për të kuptuar dhe trajtuar më mirë problemet ushqimore dhe nutricionale, si edhe praktikat dietetike të nxënësve shqiptarë dhe të familjeve të tyre, nevojitet informacion shtesë dhe më i plotë në përmbajtje.

QËLLIMI DHE OBJEKTIVAT E STUDIMIT



Qëllimi i studimit ishte vlerësimi i gjendjes së ushqyerjes, si dhe të njohurive, qëndrimeve dhe praktikave të lidhura me të ushqyerit e fëmijëve të moshës shkollore në Shqipëri.

Objektivat e këtij studimi ishin:

- a. *Mbledhja e informacionit mbi gjendjen e ushqyerjes së fëmijëve shqiptarë të moshës shkollore të cilët ndjekin klasën e parë, të katërt dhe të tetë;*
- b. *Vlerësimi i njohurive, qëndrimeve dhe praktikave mbi ushqimin dhe ushqyerjen të nxënësve, prindërve dhe mësuesve;*
- c. *Mbledhja e të dhënave nga drejtuesit e shkollave të zgjedhura dhe autoritetet lokale lidhur me informacionin mbi ushqyerje dhe faktorët mjedisor, ekonomik, social dhe që ndikojnë në praktikën e ushqyerjes së shëndetshme mes fëmijëve të shkollave.*

Partnerët

- Instituti i Shëndetit Publik (institucioni përgjegjës për koordinimin e përgjithshëm kombëtar)
- Departamenti i Shëndetit Publik, Fakulteti i Mjekësisë (Universiteti i Mjekësisë, Tiranë)
- Ministria e Arsimit dhe Sporteve
- Organizatat e Kombeve të Bashkuara (FAO, OBSH, UNICEF).

Hartimi dhe metodologjia e studimit

Studimi konsistoi në një kampion përfaqësues të nxënësve shqiptarë të cilët ndjekin klasën e parë, të katërt dhe të tetë në shkollat publike dhe private gjatë vitit akademik 2017/2018: Studimi u realizua duke filluar nga java e dytë e muajit Nëntor 2017 deri në javën e tretë të muajit Shkurt 2018, dhe përfshi në vijim:

- Të gjithë fëmijët në vitet dhe klasat e përzgjedhura u matën për gjatësinë dhe peshën në mjediset e klasave të shkollës. Fëmijët në klasën e katërt dhe të tetë

plotësuan një pyetësor gjysëm të strukturuar i cili mblidhte informacion për nivelin e tyre të njohurive, qëndrimeve dhe praktikave lidhur me ushqimin, ushqyerjen dhe aktivitetin fizik.

- Prindërit plotësuan një pyetësor gjysëm të strukturuar rreth nivelit të njohurive, qëndrimeve dhe praktikave të fëmijëve të tyre lidhur me të ushqyerit dhe përcaktorëve socialë-demografikë të përzgjedhjes së ushqimeve në familjet e tyre;
- Mësuesit e shkollave në të gjitha klasat e përzgjedhura u ftuan të plotësonin një pyetësor gjysëm të strukturuar që siguronte informacion lidhur me njohuritë dhe perceptimet e tyre mbi ushqimin dhe ushqyerjen, ashtu si dhe mjedisin nutricional dhe kontekstin përkatës në shkollat e tyre;
- U intervistuan drejtorët e të gjitha shkollave dhe autoritetet e përzgjedhura lokale nga 12 qarqet e Shqipërisë mbi informacionin që kanë lidhur me mënyrën e ushqyerjes dhe faktorëve madhorë mjedisorë, socialë dhe ekonomikë, të cilët ndikojnë në ushqyerjen dhe praktikën e shëndetshme dietetike midis nxënësve.

Popullata në studim

Studimi mbuloi një kampion përfaqësues kombëtar prej 37 shkollash, duke përfshirë drejtorin e secilës shkollë, një kampion të mësuesve që i përkasin klasave (viteve) të përfshira në studim, nxënësit dhe prindërit e tyre. Përveç kësaj, u intervistua një kampion i informatorëve kyç në të 12 qarqet e Shqipërisë duke përfshirë përfaqësues nga Drejtoritë Rajonale të Shëndetit, Drejtoritë Rajonale të Arsimit, si dhe përfaqësues nga Bashkitë/Komunat përkatëse.

Analiza e studimit përfshiu:

- 37 shkolla nga 12 rrethe (nga secili qark: një shkollë në zonat urbane, një shkollë në zonat rurale, dhe një shkollë private, përveç rajonit të Kukësit ku nuk rezultoi të kishte shkolla private) [Shtojca 1: Lista e shkollave].
- 7578 fëmijë me të dhëna të vlefshme për matjet antropometrike. Nga këto, 3903 (51.5%) ishin djem dhe 3675 (48.5%) ishin vajza (Tabela 1). Rreth 77% e fëmijëve u përzgjedhën në shkollat publike, krahasuar me 23% të tyre në shkollat private (Tabela 2). Përsa i përket vendbanimit, 75% e fëmijëve jetonin në zonat urbane; krahasuar me 25% të homologëve të tyre që ishin banorë të zonave rurale (Tabela 3). Nga përzgjedhja, rezultoi shpërndarje në mënyrë të barabartë sipas gjinisë në klasat e secilës shkollë (Tabela 4). U intervistuan 37 drejtorë të shkollave.
- 311 mësues të shkollave të intervistuar; prej tyre, 219 në zonat urbane dhe 92 në zonat rurale (Tabela 5). Tetëdhjetë e tre mësues të intervistuar ishin të punësuar në shkollat private (Tabela 6).
- 53 informatorë kyç të intervistuar nga të gjitha rrethet e Shqipërisë (Tabela 7). Gjithsej gjashtë përfaqësues nga Drejtoritë Rajonale të Shëndetit, 14 nga Drejtoritë Rajonale të Arsimit dhe 13 përfaqësues nga Bashkitë/Komunat që morën pjesë (të dhënat nuk janë shfaqur në tabelë).
- 6810 pyetësorë të plotësuar nga prindërit (768 prej tyre (10%) nuk e plotësuan pyetësorin).

Tabela 1. Shpërndarja e fëmijëve sipas gjinisë

		Përqindje		
Gjinia	Numër	Totale	E vlefshme	Kumulative
Djem	3903	51.5	51.5	NA
Vajza	3675	48.5	48.5	51.5
Totali	7578	100.0	100.0	100.0

Tabela 2. Shpërndarja e fëmijëve sipas tipit të shkollës

		Përqindje		
Tipi i shkollës	Numër	Totale	E vlefshme	Kumulative
Publike	5804	76.6	76.6	NA
Private	1774	23.4	23.4	76.6
Total	7578	100.0	100.0	100.0

Tabela 3. Shpërndarja e fëmijëve sipas vendbanimit

		Përqindje		
Vendbanimi	Numër	Totale	E vlefshme	Kumulative
Urban	5709	75.3	75.3	NA
Rural	1869	24.7	24.7	75.3
Total	7578	100.0	100.0	100.0

Tabela 4. Shpërndarja e fëmijëve sipas klasës dhe gjinisë

Gjinia / Klasa	Djem [n(%)]	Vajza [n(%)]	Totali [n (%)]
Klasa 1	1336 (34.2)	1251 (34.0)	2587 (34.1)
Klasa 4	1240 (31.8)	1140 (31.0)	2380 (31.4)
Klasa 8	1327 (34.0)	1284 (34.9)	2611 (34.5)
Totali	3903 (100.0)	3675 (100.0)	7578 (100.0)

Tabela 5. Numri i mësuesve të intervistuar sipas qarkut dhe vendndodhjes së shkollës

Qarku		Vendndodhja e shkollës		Totali
		Urban	Rural	
1	Berat	13	5	18
2	Dibër	11	5	16
3	Durrës	22	10	32
4	Elbasan	14	6	20
5	Fier	15	6	21
6	Gjirokastrë	17	5	22
7	Korçë	19	7	26
8	Kukës	9	6	15
9	Lezhë	14	6	20
10	Shkodër	21	7	28
11	Tiranë	48	23	71
12	Vlorë	16	6	22
	Totali	219	92	311

Tabela 6. Shpërndarja e mësuesve të intervistuar sipas tipit të shkollës

Tipi i shkollës	Numër	Përqindje		
		Totale	E vlefshme	Kumulative
Publike	228	73.3	73.3	NA
Private	83	26.7	26.7	73.3
Totali	311	100.0	100.0	100.0

Tabela 7. Shpërndarja e informatorëve kyç të përfshirë në studim sipas qarkut

Qarku	Numër	Përqindje	Përqindje kumulative
Berat	3	5,7	5,7
Dibër	4	7,5	13,2
Durrës	5	9,4	22,6
Elbasan	5	9,4	32,1
Fier	4	7,5	39,6
Gjirokastrë	4	7,5	47,2
Korçë	4	7,5	54,7
Kukës	4	7,5	62,3
Lezhë	5	9,4	71,7
Shkodër	4	7,5	79,2
Tiranë (rreth)	7	13,2	92,5
Vlorë	4	7,5	100,0
Total	53	100,0	

Metoda e përzgjedhjes së kampionit

Kampionimi përfshiu: fëmijët e klasave të para, të katërta dhe të teta. Korniza e kampionimit përfshiu të gjitha shkollat e sistemit 9-vjeçar (publike dhe private) në zonat urbane dhe zonat rurale të Shqipërisë. Fillimisht korniza e kampionimit u stratifikua (shtresëzua) sipas qarqeve (12 prefekturat e Shqipërisë), vendbanimit (zona urbane përkundëjt zona rurale) dhe llojit të shkollës (publike përkundëjt private). Më pas, në çdo shtresë, një shkollë u përzgjedh në mënyrë të rastësishme me probabilitet proporcional me madhësinë (PPS). Në vazhdim, të gjithë fëmijët që i përkisnin tre klasave të synuara (klasa e parë, e katërt dhe e tetë) u përzgjedhën në studim. Përfundimisht, në secilën nga 12 prefekturat e Shqipërisë, u zgjodh një shkollë në një zonë urbane, një shkollë në një zonë rurale dhe një shkollë private (përveç në rajonin e Kukësit, ku nuk rezultoi të kishte shkolla private).

Një listë e detajuar e shkollave të përfshira në studim pasqyrohet në Aneksin 1.

Mënyra e përzgjedhjes

Studimi përfshiu çdo nxënës në klasën e parë, të katërt dhe të tetë të përzgjedhur nga procesi i kampionimit, i cili ishte i pranishëm në ditën kur u kryen matjet antropometrike, pavarësisht nga mosha e tyre. Nuk u matën nxënësit të cilët mungonin në ditën e matjes. Në vazhdim u matën vetëm nxënësit të cilët ishin dakord për të marrë pjesë në studim. Gjithashtu u matën edhe fëmijët me aftësi fizike të kufizuara, por rezultatet që u përftuan nuk u përfshinë në bazën e të dhënave për analiza të mëtejshme.

Përveç kësaj, të gjithë mësuesit dhe drejtorët e shkollave të cilët i përkisnin shkollave dhe klasave të përzgjedhura për të marrë pjesë në studim u ftuan për të plotësuar pyetësorët e tyre përkatës.

Pyetësorët e prindërve iu përcollën nëpërmjet fëmijëve të tyre; pas përfundimit, fëmijët i kthyen pyetësorët tek mësuesit e tyre, të cilët në vazhdim i dërguan pyetësorët anëtarëve të ekipit të studimit që punonin në terren.

Supervisorët e grupeve të punës në terren, kontaktuan me përfaqësues nga Drejtoritë Rajonale të Arsimit dhe Drejtoritë Rajonale të Shëndetit Publik, si dhe përfaqësues nga qeverisja lokale dhe morën informacion me anë të intervistave direkte.

Materialet dhe mjetet

Në Institutin e Shëndetit Publik, Sektori i Ushqimit dhe i Sigurisë Ushqimore përgatiti materialet e nevojshme për zbatimin e mbledhjes së të dhënave, të listuara më poshtë:

- Modeli i informacionit mbi studimin dhe dokumentet e bashkëpunimit të dërguara pranë stafit administrativ dhe mësimor të shkollave dhe prindërve të cilët u përfshinë në studim;
- Formularin e regjistrimit të të dhënave të secilit fëmijë nga ekzaminuesi;
- Pyetësorët e fëmijëve (klasa e 4-rt dhe 8-të);
- Pyetësori i prindërve;
- Pyetësori i mësuesve;
- Pyetësori i drejtorëve të shkollave;
- Pyetësori i informatorëve kyç.

Zhvillimi i pyetësorëve u bazua në studime të ngjashme që përdorin një metodologji të standardizuar të rekomanduar nga FAO, OBSH dhe UNICEF; studime të tilla janë kryer në vende të ndryshme në mbarë botën dhe kanë në thelb qëllim dhe objektiva të ngjashme. Të pesë pyetësorët përmbanin si pyetje të hapura ashtu edhe të mbyllura.

Gjithashtu nga grupi i punës u realizua përgatitja e një pyetësori për mbledhjen e të dhënave të fëmijëve dhe të dhënave të shkollave. Pas miratimit të fëmijës për t'u matur, ekzaminuesi plotësoi formularin mbi gjendjen nutricionalë të fëmijës, të dhënat demografike dhe gjendjen fizike në kohën e matjeve antropometrike, si dhe të dhëna lidhur me konsumimin e mëngjesit në ditën e matjes.

Pyetësi i fëmijëve përmbante pyetje që synonin të zbulonin nivelin e njohurive lidhur me ushqimin dhe ushqyerjen, zakonet ushqimore, faktorët e lidhur me stilin e jetesës, mënyrën e tyre të preferuar të të mësuarit dhe marrjes së informacionit mbi ushqyerjen, si dhe perceptimet e tyre për peshën, imazhin e trupit dhe shëndetin, etj

Pyetësi i drejtorëve të shkollave përmbante pyetje në lidhje me disponueshmërinë e objekteve/ pajisjeve ndihmëse në shkollat e tyre përkatëse, burimet, mjetet dhe mënyrat për sigurimin e ushqimit dhe të edukimit mbi ushqyerjen në shkollat e tyre, si dhe vështirësitë për të siguruar një mjedis të shëndetshëm ushqimi, iniciativat/projektet e organizuara në shkollat e tyre në lidhje me shëndetin/të ushqyerit/higjienën dhe aktivitetin fizik. Pyetje të tjera u përqëndruan në edukimin fizik që u ofrohet nxënësve, në disponueshmërinë e ambienteve ose të palestrave, në iniciativat për promovimin e një jetese të shëndetshme tek fëmijët, prezencën e mensës së shkollës, pikat e shitjes së ushqimeve dhe pijeve në mjediset e shkollës dhe disponueshmërinë e produkteve ushqimore, vështirësitë për të siguruar ushqime të shëndetshme në shkolla dhe shkallën e pjesëmarrjes në iniciativa që synojnë nxitjen e zakoneve të shëndetshme të ushqyerjes të organizuara nga institucione ose organizata të ndryshme.

Pyetësi i mësuesve përmbante pyetje në lidhje me mjedisin e të ushqyerit në klasat e tyre përkatëse, burimet, mjetet dhe mënyrat për sigurimin e ushqimit dhe edukimit mbi ushqyerjen në klasat e tyre, si dhe vështirësitë për të siguruar një mjedis të shëndetshëm të të ushqyerit, nivelin e dijeve që e bëjnë të aftë për ofrimin e edukimit mbi ushqimin dhe ushqyerjen në klasat e tyre, rolin e mësuesve si një model për nxitjen e sjelljeve të shëndetshme të të ushqyerit me nxënësit e tyre, ndikimin e ushqyerjes dhe ngrënies së shëndetshme në aftësinë e fëmijëve për të mësuar dhe të sjelljes në shkollë, iniciativat/projektet e organizuara në klasat e tyre përkatëse për të promovuar një mënyrë ushqimi të shëndetshëm dhe aktivitet fizik etj.

Pyetësi i prindërve përfshinte pyetjet rreth ushqyerjes së fëmijës (ushqyerja me gji, aktiviteti fizik, konsumimi i vakteve të ushqimit, frekuenca e konsumit të artikujve ushqimorë të zgjedhur, si dhe preferencat e ushqimit); dietës dhe shëndetit (burimet e informacionit në lidhje me të ushqyerit), faktorëve që ndikojnë në zgjedhjen e ushqimit, zakonet ushqimore familjare, sëmundjet që lidhen me kequshqyerjen, qëndrimet e prindërve ndaj ushqimit në mjediset e shkollës etj.); perceptimet e prindërve dhe imazhin e trupit të fëmijëve të tyre (gjendja aktuale dhe imazhi ideal/i preferuar i fëmijëve të tyre); të dhëna demografike dhe social-ekonomike, përfshirë moshën, nivelin arsimor, profesionin, nivelin ekonomik etj.

Pyetësi i informatorëve kyç përmbante pyetje që kishin për qëllim marrjen e informacionit rreth faktorëve mjedisor, ekonomik dhe social që ndikojnë në të ushqyerit dhe në praktikat e shëndetshme të lidhura me dietën midis nxënësve në nivel qarku.

Matjet antropometrike të fëmijëve u kryen duke përdorur peshore portative dhe stadiometra. Matjet e peshës u kryen duke përdorur peshore me një shkallë saktësie ± 100 g dhe një kapacitet matës deri 200 kg. Matjet e gjatësisë u kryen duke përdorur stadiometra portative me një saktësi prej ± 1 mm dhe një interval matje nga 20-205 cm

Përkufizime

- **Treguesi i masës trupore**

Ky studim përdori treguesin e masës trupore (TMT) për të përcaktuar gjendjen e nënpeshës, mbipeshës normale dhe obezitetit. Obeziteti u vlerësua duke përdorur vlerat kufi të TMT të përcaktuara nga OBSH.

Për qëllime epidemiologjike, në një grup moshë me interval një vit (për shembull, fëmijët e moshave 6.0-7.0 vjeç) vlera kufi e mesit të vitit (në këtë rast 6.5) përdoret për të vlerësuar gjendjen nutricionale të fëmijëve në këtë studim, sepse ofron një vlerësim thelbësor dhe të paanshëm të prevalencës.

Përkufizimi i obezitetit te fëmijët sipas OBSH-së^a

Mosha (vite)	Nënpeshë	Mbipeshë	Obezë
5-19	TMT < 2 deviacion standard nën mesataren e kurbës së rritjes të OBSH-së	TMT > 1 deviacion standard mbi mesataren e kurbës së rritjes të OBSH-së	TMT > 2 deviacion standard mbi mesataren e kurbës së rritjes të OBSH-së

^aVlerat limit të OBSH-së mbështeten në standardet e rritjes OBSH 2007.

- **Klasifikimi i mëngjesit**

Mëngjesi u konsiderua cilësisht i përshtatshëm nëse përmbante ushqime me përmbajtje të lartë në proteina dhe karbohidrate (të thjeshta ose komplekse).

Ushqimet u grupuan në dy kategori:

- i. të pasura në qumësht dhe nenprodukte të tij
- ii. të pasura në karbohidrate si bukë, drithëra, etj.

Mëngjesi konsiderohej i konsumuar nëse fëmija raportonte se ha të paktën një ushqim të çdo kategorie.

Analiza e të dhënave

Analiza e të dhënave konsistoi në statistikën përshkruese (analiza univariate) dhe lidhjen statistikore (vlerësimi i shoqërimit/lidhjes midis variablave). Madhësitë e prirjes qendrore dhe dispersionit u përdorën për të përshkruar shpërndarjen (aktuale) e variablave numerike duke përfshirë gjatësinë, peshën dhe treguesin e masës trupore të fëmijëve. Nga ana tjetër, vlerat absolute dhe proporcionet e tyre përkatëse (përqindjet) u përdorën për të paraqitur (përshkruar) shpërndarjen e variablave kategorikë si nënpesha (dobësia), mbipesha dhe obeziteti tek fëmijët e përfshirë në këtë studim.

Testi i Hi-katror dhe Testi ekzakt i Fisher-it u përdorën për të krahasuar prevalencën e mbipeshës dhe obezitetit tek fëmijët sipas gjinisë (djemtë përkundrejt vajzave), grup-moshës (ose klasës) së fëmijëve (1, 4, dhe 8) vendbanimit (zonat rurale përkundrejt urbane), ose llojit të shkollës (publike përkundrejt private).

Regresioni logjistik binar u përdor për të vlerësuar lidhjen e mbipeshës dhe obezitetit tek fëmijët, me faktorët demografikë (mosha, gjinia, vendbanimi), karakteristikat social-ekonomike të familjeve të tyre (niveli i të ardhurave, edukimi prindëror, punësimi i prindërve) dhe me faktorë të tjerë të pavarur. Modelet fillestare konsistuan në analizën bivariate (shoqërimi bruto/ i pa axhustuar i mbipeshës dhe obezitetit me çdo faktor të pavarur pa llogaritur variablat e tjerë). Gjithashtu u llogaritën raportet e gjasave bruto {të paaxhustuara}, (OR), intervalet e besimit 95% (95%CI) dhe vlerat e tyre të p-së. Në vazhdim, u përdorën modelet e regresionit logjistik të axhustuara-multivariate (për shumë variabla njëkohësisht), duke vlerësuar lidhjen midis mbipeshës dhe obezitetit tek fëmijët pas kontrollit të njëkohshëm (axhustim) për të gjithë variablat e përfshirë në analizë. U llogaritën raporti i gjasave (OR) të axhustuara për shumë variabla, intervali i besimit 95% CI dhe vlerat e tyre të p-së. Testi Hosmer-Lemeshow u përdor për të vlerësuar përshtatshmërinë e modelit.

Vlera e $P \leq 0.05$ u konsiderua statistikisht sinjifikante për të gjitha procedurat statistikore të aplikuara.

E gjithë analiza e të dhënave u realizua me anë të Paketës Statistikore për Shkencat Sociale (SPSS), versioni 19.0.

REZULTATET DHE DISKUTIMI



Gjendja nutricionale e fëmijëve

a. Matjet antropometrike / Treguesi i Masës Trupore (TMT)

Në tërësi, pesha mesatare në këtë kampion përfaqësues të fëmijëve në nivel kombëtar në vendin tonë ishte 37.5 ± 15.2 kg (Tabela 8). Mediana e peshës ishte 33.6 kg (largësia interkuartile: 25.2-47.7 kg).

Në total, gjatësia mesatare ishte rreth 141 ± 18 cm. Mediana e gjatësisë ishte rreth 139 cm (largësia interkuartile: 125-157 cm).

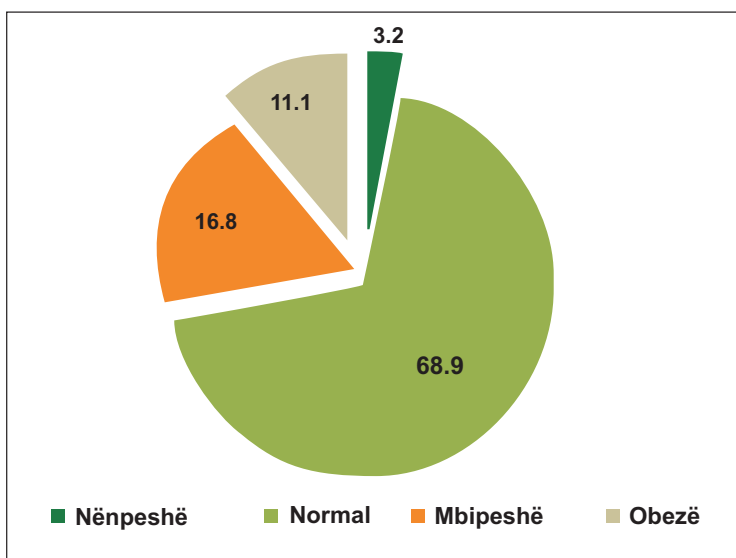
Vlera mesatare e TMT-së (kg/m^2) ishte 18.1 ± 3.7 (mediana: 17.3; largësia interkuartile: 15.4-20.1). Vlera mesatare e TMT-së ishte më e lartë tek meshkujt në krahasim me femrat (18.3 ± 3.7 vs. 17.9 ± 3.6 , përkatësisht) [Tabela 8].

Tabela 8. Shpërndarja e treguesve antropometrikë të fëmijët (N=7578)

Treguesi antropometrik	Djem (N=3903)		Vajza (N=3675)		Totali (N=7578)	
	Mesatarja (DS)	Mediana (IQR)	Mesatarja (DS)	Mediana (IQR)	Mesatarja (DS)	Mediana (IQR)
Pesha (kg)	38.5 ± 15.9	34.2 (25.7-48.7)	36.5 ± 14.4	32.6 (24.5-46.8)	37.5 ± 15.2	33.6 (25.2-47.7)
Gjatësia (cm)	142.0 ± 18.8	139.0 (125.5-158.6)	139.8 ± 17.2	138.5 (124.2-156.2)	141.0 ± 18.1	138.7 (124.9-157.1)
TMT (kg/m^2)	18.3 ± 3.7	17.4 (15.6-20.1)	17.9 ± 3.6	17.2 (15.2-20.0)	18.1 ± 3.7	17.3 (15.4-20.1)

Në tërësi, rreth 69% e fëmijëve të matur kishin TMT në vlera normale (Figura 1). Prevalenca e nënpeshës ishte 3.2%, ndërsa prevalenca e mbipeshës dhe obezitetit ishte rreth 17% dhe 11%, përkatësisht (mbipesha + obeziteti = 28%).

Figura 1. Shpërndarja e TMT-së te fëmijët (në përqindje)



Prevalenca e obezitetit ishte sinjifikativisht më e lartë tek djemtë në krahasim me vajzat (Tabela 9): rreth 15% vs. 7%, përkatësisht, $P < 0.001$. Në mënyrë të ngjashme, prevalenca e obezitetit ishte më e lartë tek fëmijët e zonave urbane (13% vs. 6% tek fëmijët e zonave rurale); tek fëmijët e shkollave private (15% vs. 10% tek fëmijët e shkollave publike); dhe tek fëmijët e klasës së katërt (14% vs. 12% tek fëmijët e klasës së parë dhe 8% tek fëmijët e klasës së tetë) – dhe të gjitha këto ndryshime ishin statistikisht shumë sinjifikative (Tabela 9).

Tabela 9. Treguesi i masës trupore sipas karakteristikave social-demografike të fëmijëve (N=7578)

Faktorët social-demografikë	Nëneshë (N=242)	Normal (N=5224)	Mbipeshë (N=1274)	Obezë (N=838)	Vlera e P [†]
Gjinia:					
Djem (n=3903)	126 (3.2) [*]	2577 (66.0)	631 (16.2)	569 (14.6)	<0.001
Vajza (n=3675)	116 (3.2)	2647 (72.0)	643 (17.5)	269 (7.3)	
Vendbanimi:					
Urban (n=5604)	159 (2.8)	3692 (65.9)	1038 (18.5)	715 (12.8)	<0.001
Rural (n=1974)	83 (4.2)	1532 (77.6)	236 (12.0)	123 (6.2)	
Tipi i shkollës:					
Publik (n=5804)	215 (3.7)	4119 (71.0)	905 (15.6)	565 (9.7)	<0.001
Privat (n=1774)	27 (1.5)	1105 (62.3)	369 (20.8)	273 (15.4)	
Klasa:					
E parë (n=2587)	53 (2.0)	1842 (71.2)	382 (14.8)	310 (12.0)	<0.001
E katërt (n=2380)	62 (2.6)	1546 (65.0)	450 (18.9)	322 (13.5)	
E tetë (n=2611)	127 (4.9)	1836 (70.3)	442 (16.9)	206 (7.9)	

*Numrat dhe përqindja sipas rreshtit (në kllapa).

† Vlerat e P-së nga testi hi-katror.

Njohuritë dhe perceptimet rreth ushqimeve, shëndetit dhe nutricionit

a. Perceptimet dhe vetë-vlerësimet (shëndeti, ushqyerja, dieta)

- Fëmijët

Në total, më pak se një e treta e fëmijëve mendonin se dinin shumë mbi ushqimet, shëndetin dhe ushqyerjen dhe dy të tretat mendonin se dinin vetëm disa gjëra, ose aspak (Tabela 10).

Tabela 10. Vetëperceptimi i fëmijëve për nivelin e njohurive rreth ushqimit, shëndetit dhe ushqyerjes

Sa shumë mendon se di mbi ushqimet, shëndetin dhe ushqyerjen?	Numër	Përqindje	Përqindje kumulative
Di shumë	1545	31.0	31.0
Di pak	843	16.9	47.8
Di disa gjëra	2553	51.2	99.0
Nuk di fare	50	1.0	100.0
Totali	4991	100.0	

Por, ky nivel i lartë i njohurive të fëmijëve nuk korrelohet mirë me nivelin e njohurive rreth shëndetit të tyre. Kështu, fëmijët raportuan se dikush është i shëndetshëm kur: “nuk sëmuret” (63%); “fle mirë” (61%), “ka oreks” (38%), “është i/e qetë” (37%), por vetëm një e katërta e fëmijëve (25%) e konsiderojnë të shëndetshëm dikë që “luan me dëshirë” (Tabela 11).

Tabela 11. Njohuritë e fëmijëve për shëndetin në përgjithësi

Je i shëndetshëm kur:	Po [n(%)]	Jo [n(%)]	Totali [n(%)]
Nuk sëmuresh	3143 (63.0)	1848 (37.0)	4991 (100.0)
Je i qetë	1835 (36.8)	3156 (63.2)	4991 (100.0)
Luan me dëshirë	1264 (25.3)	3727 (74.7)	4991 (100.0)
Ke oreks	1911 (38.3)	3080 (61.7)	4991 (100.0)
Fle mirë	3025 (60.6)	1966 (39.4)	4991 (100.0)
Je aktiv	3316 (66.4)	1675 (33.6)	4991 (100.0)

Lidhur me konsumin e disa produkteve ushqimore, shumica e fëmijëve raportojnë që kanë synim të ulin konsumin e çokollatave (81%), pijeve me sheqer (80.7%), patatinave dhe ushqimeve fast-food (80%), si dhe akulloreve (67.4%). Shumica e fëmijëve thonë gjithashtu që kanë ndër mend të rrisin konsumin e disa ushqimeve si: frutat e freskëta (87%), perimet e freskëta (80.5%), supën me perime (81.7%), qumështin dhe kosin (73.3%), bizelet, fasulet dhe thierizat (67%), peshkun (65%), si dhe domatet (Tabela 12).

Tabela 12. Vetëvlerësimi i fëmijëve rreth konsumimit të ushqimeve të ndryshme

Si mendon, sa duhet të hash nga ushqimet e mëposhtme:	Më shumë (%)	Më pak (%)	Njësoj (%)	Totali (%)
1. Pije të ëmbla (kola, fanta, çaj, etj)	6.7	80.7	12.6	100.0
2. Mish	43.8	29.1	27.1	100.0
3. Çokollata / krem çokollate	6.0	81.0	12.9	100.0
4. Ëmbëlsira furre(Biskota, kroasan, torta)	12.6	63.6	23.8	100.0
5. Kamele, çamçakiza	5.6	79.0	15.4	100.0
6. Djath	61.9	14.7	23.4	100.0
7. Lëngje të freskëta frutash	85.9	4.1	10.1	100.0
8. Fruta	86.8	3.5	9.7	100.0
9. Akullore	11.8	67.4	20.8	100.0
10. Qumësht dhe kos	73.3	9.1	17.6	100.0
11. Bizele, fasule, thierza	67.0	13.8	19.1	100.0
12. Supë me perime	81.7	5.9	12.4	100.0
13. Bukë	46.8	28.1	25.0	100.0
14. Makarona,oriz	33.8	39.0	27.2	100.0
15. Patate	34.3	40.9	24.8	100.0
16. Patatina, dhe ushqim fast food (hamburger, suflaçe, pica)	7.6	80.0	12.3	100.0
17. Peshk	65.0	16.4	18.6	100.0
18. Domate	60.4	17.6	21.9	100.0
19. Vezë	57.0	19.5	23.4	100.0
20. Perime të ziera	63.1	18.7	18.2	100.0
21. Perime të freskëta	80.5	5.4	14.1	100.0

Ka një tendencë për “të provuar lloje të ndryshme ushqimesh” (80.6% e fëmijëve) dhe për “të ngrënë veçanërisht ushqime të shijshme” (60%). Rreth gjysma e fëmijëve raportojnë që të hanë me kënaqësi të gjitha ushqimet (51.5%), ndërsa 9% e fëmijëve thonë se nuk e kanë qejf ushqimin. Dy në pesë fëmijë (40.5%) janë më të shqetësuar lidhur me sasinë dhe cilësinë e ushqimit të konsumuar prej tyre. Pak më shumë se një e pesta (23%) e fëmijëve raportojnë se nganjëherë ato nuk kanë ushqim të mjaftueshëm dhe ndjehen të uritur (Tabela 13).

Tabela 13. Perceptimet e fëmijëve për zakonet e tyre të ushqyerjes

Mendohu dhe pastaj përgjigju pohimeve më poshtë:	E vërtetë (%)	E pavërtetë (%)	Totali (%)
Unë ha veçanërisht ushqime që shijojnë dhe që të shtojnë oreksin	60.4	39.6	100.0
E kam të vështirë të ha lloje të ndryshëm ushqimesh	41.5	58.5	100.0
Më pëlqen shumë të ha midis vakteve	57.3	42.7	100.0
Më pëlqen të provoj lloje të ndryshme ushqimesh	80.6	19.4	100.0
Nuk më pëlqen të ha	9.0	91.0	100.0
Jam më i vëmëndshëm sa shumë ushqim ha jo çfarë ha	40.5	59.5	100.0
Më pëlqen të ha gjithmonë të njëjtat gjëra	18.3	81.7	100.0
Më pëlqen të ha jashtë (jo në shtëpi)	29.4	70.6	100.0
Ha me dëshirë gjithcka që më japin	51.5	48.5	100.0
Ndonjëherë nuk kam mjaftueshëm ushqim për të ngrënë dhe ndihem i uritur	22.8	77.2	100.0
Më pëlqen të marr pjesë në aktivitete sportive dhe të jem aktiv	92.4	7.6	100.0

Fëmijët kanë perceptime të ndryshme lidhur me peshën e tyre trupore (Tabela 14), krahasuar me indekset antropometrike të përfuara nga matja e peshës dhe e gjatësisë (sipas të cilave u llogarit edhe TMT-ja e fëmijëve). Mes fëmijëve nënpeshë, ka një perceptim më objektiv të gjendjes së tyre trupore (pra, nënpeshës), ku 80% e këtij grupi e konsiderojnë vetveten si nënpeshë, ndërsa vetëm 24.5% e fëmijëve me peshë normale e perceptojnë peshën e tyre si të tillë (normale); shumica e fëmijëve me peshë normale (70%) mendojnë se janë nënpeshë. Mes fëmijëve me mbipeshë, vetëm 16.9% e tyre mendojnë se janë mbipeshë, 48% e konsiderojnë peshën e tyre si normale dhe 34% besojnë se janë nënpeshë. Në grupin e fëmijëve obezë, vetëm 9% e konsiderojnë vetveten si të tillë (obezë), 43% e perceptojnë veten si mbipeshë, 37% mendojnë se kanë peshë normale, dhe pjesa tjetër prej 9% e konsiderojnë veten si nënpeshë (Tabela 14).

Tabela 14. Vetëperceptimi i fëmijëve për peshën e tyre aktuale

TMT	Cila prej këtyre figurave është më e ngjashëm me ty?							Totali
	Figura 1	Figura 2	Figura 3	Figura 4	Figura 5	Figura 6	Figura 7	
	Nënpeshë III	Nënpeshë II	Nënpeshë I	Normal	Mbipeshë	Obez I	Obez II	
Nënpeshë	19	56	78	31	4	1	0	189
	10.1%	29.6%	41.3%	16.4%	2.1%	.5%	.0%	100.0%
	16.1%	7.3%	3.8%	2.1%	.8%	1.6%	.0%	3.8%
Normal	91	666	1680	827	100	7	11	3382
	2.7%	19.7%	49.7%	24.5%	3.0%	.2%	.3%	100.0%
	77.1%	86.8%	81.3%	55.9%	20.7%	11.3%	73.3%	67.8%
Mbipeshë	6	40	262	426	151	7	0	892
	.7%	4.5%	29.4%	47.8%	16.9%	.8%	.0%	100.0%
	5.1%	5.2%	12.7%	28.8%	31.3%	11.3%	.0%	17.9%
Obez	2	5	47	195	228	47	4	528
	.4%	.9%	8.9%	36.9%	43.2%	8.9%	.8%	100.0%
	1.7%	.7%	2.3%	13.2%	47.2%	75.8%	26.7%	10.6%
Totali	118	767	2067	1479	483	62	15	4991
	2.4%	15.4%	41.4%	29.6%	9.7%	1.2%	.3%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Lidhur me imazhin trupor të preferuar (pesha e bazuar në imazhet e paraqitura), fëmijët nënpeshë kanë një qasje më pozitive rreth peshës së tyre aktuale (38%), në krahasim me fëmijët e tjerë. Gjysma e tyre (49.9%) preferojnë që të qëndrojnë nënpeshë, por në një stad tjetër (me pak më shumë peshë trupore). Disa fëmijë nënpeshë (12%) dëshirojnë që të jenë mbipeshë ose obezë.

Mes fëmijëve me peshë normale, gati dy të tretat (63.1%) dëshirojnë që të jenë të dobët, ku dy të pestat (39.3%) do të preferonin që të ishin disi më të dobët (Imazhi 3/Stadi 1 i nënpeshës). Më shumë se një e katërta (28.2%) e fëmijëve me peshë normale preferojnë që të vazhdojnë të kenë peshë normale dhe (8.7%) preferojnë që të kenë peshë më të madhe.

Virtualisht, të gjithë fëmijët mbipeshë dhe obezë preferojnë që të jenë më të dobët (93.9% dhe 91.5%, përkatësisht). Rreth një e katërta e fëmijëve mbipeshë (23%) dhe atyre obezë (25.8%) preferojnë të kenë peshë normale, ndërsa shumica e tyre preferojnë shkallë të ndryshme të nënpeshës. Vetëm shumë pak fëmijë në këtë grup preferojnë që ta ruajnë peshën e tyre të lartë (5.6% dhe 6.6%, përkatësisht) (Tabela 15).

Tabela 15. Peshë e parapëlqyer e fëmijëve

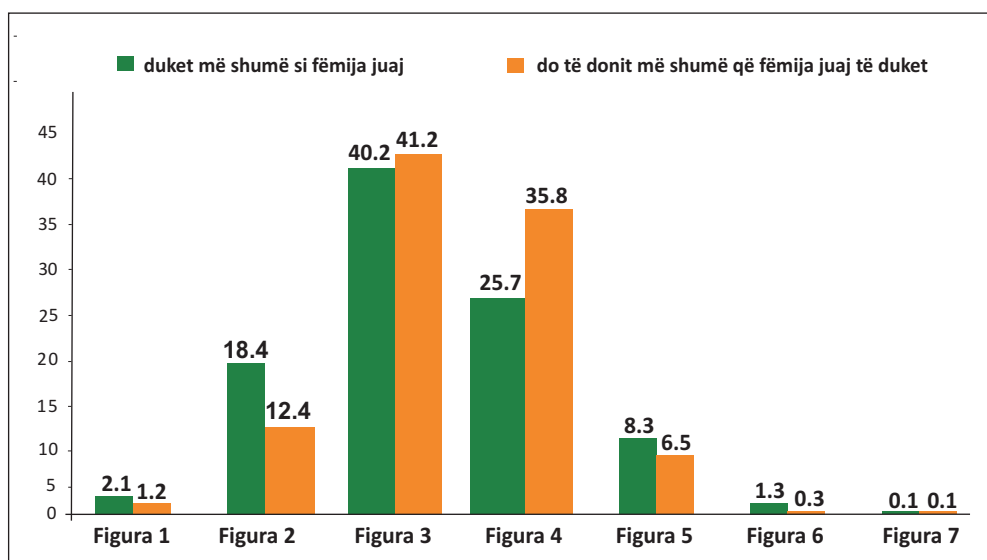
BMI	Cilës prej figurave më sipër do të doje t'i ngjaje?							Totali
	Figura 1	Figura 2	Figura 3	Figura 4	Figura 5	Figura 6	Figura 7	
	Nëneshë III	Nëneshë II	Nëneshë I	Normal	Mbipeshë	Obez I	Obez II	
Nëneshë	8	18	68	72	16	2	5	189
	4.2%	9.5%	36.0%	38.1%	8.5%	1.1%	2.6%	100.0%
Normal	163	643	1329	953	247	24	23	3382
	4.8%	19.0%	39.3%	28.2%	7.3%	.7%	.7%	100.0%
Mbipeshë	45	227	361	205	50	1	3	892
	5.0%	25.4%	40.5%	23.0%	5.6%	.1%	.3%	100.0%
Obez	27	85	235	136	35	8	2	528
	5.1%	16.1%	44.5%	25.8%	6.6%	1.5%	.4%	100.0%
Totali	243	973	1993	1366	348	35	33	4991
	4.9%	19.5%	39.9%	27.4%	7.0%	.7%	.7%	100.0%

- Prindërit

Ka disa rezultate interesante mes vetë-perceptimit të peshës së fëmijëve dhe opinionit të prindërve të tyre. Si prindërit edhe fëmijët kanë të njëjtin opinion dhe preferencë lidhur me nëneshën (rreth 40%-41% e prindërve dhe e fëmijëve preferojnë imazhin 3, stadi 1 i nëneshës), dhe ato janë shumë afër edhe në imazhin 5, stadi 1 i mbipeshës. Megjithatë, ka ndryshim mes dy grupeve për peshën normale, me 27.4% të fëmijëve dhe 35.8% të prindërve që e preferojnë një peshë të tillë. Ka gjithashtu edhe një ndryshim për imazhin 2, stadi 2 i nëneshës, me 19.5% të fëmijëve që e preferojnë këtë peshë në krahasim me 12.4% të prindërve.

Lidhur me imazhin e fëmijëve, po t'i referohemi figurës me 7 modele trupore (imazhe), prindërit kanë një tendencë pozitive për shëndetin e fëmijëve të tyre duke preferuar një imazh të përmirësuar drejt peshës normale, dhe jo drejt mbipeshës apo obezitetit (Figura 2).

Figura 2. Perceptimi i prindërve për peshën aktuale përkundrejt peshës së parapëlqyer të fëmijëve të tyre



- Mësuesit

Mësuesit i konsiderojnë nxënësit e tyre përgjithësisht të shëndetshëm (68.2%), ose shumë të shëndetshëm (22.2%). Një përqindje shumë më e madhe e mësuesve të shkollave private (30.1% vs. 19.3% shkollave publike) dhe atyre të zonave urbane (26.9% vs. 10.9% në zonat rurale) i konsiderojnë nxënësit e tyre të shëndetshëm. Këto konsiderata bazohen në vëzhgimet e mësuesve gjatë vitit të fundit akademik, ku fëmijët u vlerësuan lidhur me aktivitetet e ndryshme në shkollë, performancën në mësim, frekuentimin e shkollës, gjendjen shëndetësore, konsumin e vakteve në shkollë gjatë orarit të pushimit, si dhe konsumin e produkteve të ndryshme ushqimore në shtëpi.

Rreth 8% e mësuesve i konsiderojnë nxënësit e tyre si jo të shëndetshëm, sidomos në zonat rurale të vendit (12%), sepse në këto zona mësuesit raportojnë të kenë vëzhguar nxënës që konsumojnë ushqime të procesuara, nxënës që janë jo aktivë, që sëmuren shpesh, që mungojnë më shpesh në shkollë, që nuk ushqehen me kujdes nga prindërit e tyre, që nuk konsumojnë vaktet ushqimore në mënyrë të rregullt, dhe që nuk përqëndrohen në mësim gjatë orëve të shkollës duke manifestuar rezultate jo të mira në mësim (Tabela 16).

Tabela 16. Opinioni i mësuesve për shëndetin e fëmijëve sipas tipit të shkollës dhe vendndodhjes

Sa të shëndetshëm janë pjesa më e madhe e nxënësve në klasën tuaj?	Të gjithë mësuesit		Tipi i shkollës		Vendndodhja	
	Numër	Përqindje	Publike	Private	Urban	Rural
			[n (%)]	[n (%)]	[n (%)]	[n (%)]
Shumë të shëndetshëm	69	22,2	44 19.3	25 30.1	59 26.9	10 10.9
Të shëndetshëm	212	68,2	156 68.4	56 67.5	144 65.8	68 73.9
Jo dhe aq të shëndetshëm	25	8,0	23 10.1	2 2.4	14 6.4	11 12.0
Nuk jam i/e sigurt	5	1,6	5 2.20	0 0,0	2 0.9	3 3.3
Totali	311	100,0	228 100,0	83 100,0	219 100,0	92 100,0

Pothuajse të gjithë mësuesit (91%) besojnë se ngrënia e mirë dhe të qenit i shëndetshëm ndikon në të nxënët dhe rezultatet e nxënësve në shkollë. Mësuesit raportojnë që të kenë vëzhguar se nxënësit që hanë mëngjes mungojnë më pak në shkollë, janë më të përqendruar në klasë dhe janë më aktivë në krahasim me nxënësit që nuk hanë mëngjes. Disa mësues theksojnë se ushqyerja e mirë ndihmon në parandalimin e shumë sëmundjeve dhe e mban trupin në formë dhe, prandaj, mësuesit e përmbledhin këtë në shprehjen e famshme: “mens sana in corpora sano” (Tabela 17).

Nga mësuesit që besojnë se ushqyerja dhe shëndeti i mirë ndikon vetëm disi në performancën e nxënësve (8.4%), shumica e tyre i përkasin zonave rurale të vendit. Argumentet e këtyre mësuesve bazohen në nivelin e ulët social-ekonomik të nxënësve të cilët gjithsesi kanë një performancë të kënaqshme në shkollë, duke theksuar që ushqyerja e mirë nuk është gjithmonë një faktor i mjaftueshëm për një performancë të mirë në mësim.

Tabela 17. Opinioni i mësuesve rreth ngrënies dhe rezultateve të nxënësve sipas tipit të shkollës dhe vendndodhjes

Sa mendoni se ndikon ngrënia e mirë dhe të qenit i shëndetshëm në të nxënësit dhe rezultatet e nxënësve në shkollë?	Të gjithë mësuesit		Tipi i shkollës		Vendndodhja	
	Numër	Përqindje	Publike	Private	Urban	Rural
			[n (%)]	[n (%)]	[n (%)]	[n (%)]
Ndikon shumë	281	91.2	205 91.1	76 91.6	201 92.6	80 87.9
Ndikon disi	26	8.4	19 8.4	7 8.4	15 6.9	11 12.1
Nuk jam i/e sigurt	1	0.4	1 0.4	0 .0	1 0.5	0 .0
Totali	308	100.0	225 100.0	83 100.0	217 100.0	91 100.0

Shumica absolute e mësuesve, si në shkollat publike ashtu edhe në ato private, apo si në zonat urbane ashtu edhe në ato rurale, besojnë se nxënësit i formësojnë zakonet e ushqyerjes dhe preferencat e tyre ushqimore diku mes moshës së kopështit dhe klasës së tretë (në tërësi, 79.7% e mësuesve), të pasuar nga 19.0% e mësuesve që mendojnë se këto shprehin nxënësit i fitojnë diku mes klasës së katërt dhe asaj të shtatë (Tabela 18).

Tabela 18. Opinioni i mësuesve rreth kohës kur fëmija fiton zakonet e të ngrënit, sipas tipit të shkollës dhe vendndodhjes

Në cilën klasë besoni se fëmija formon ose fiton zakonet e të ngrënit dhe preferencat e ushqimore?	Numër	Përqindje	Tipi i shkollës [n(%)]		Vendndodhja [n(%)]	
			Publike	Private	Urban	Rural
			[n (%)]	[n (%)]	[n (%)]	[n (%)]
Kopësht – klasën e 3-të	243	79,7	174 78.0	69 84.1	172 80.4	71 78.0
Klasa e 4 – 7	58	19,0	45 20.2	13 15.9	42 19.6	16 17.6
Klasa e 8 – 12	4	1,3	4 1.8	0 .0	0 .0	4 4.4
Totali	305	100,0	223 100,0	82 100,0	214 100,0	91 100,0

Pothuajse të gjithë mësuesit (93%) e konsiderojnë ushqyerjen e shëndetshme shumë të rëndësishme, dhe pothuajse të gjithë mësuesit që shprehen në këtë mënyrë raportojnë gjithashtu që të kenë një qasje të mirë ose shumë të mirë ndaj ushqyerjes së shëndetshme (Tabela19).

Tabela 19. Shpërndarja e mësuesve sa i përket rëndësisë dhe qasjes së tyre për ngrënien e shëndetshme

Sa e rëndësishme është ngrënia e shëndetshme për Ju personalisht?		Qasja ime për ngrënie të shëndetshme mund të klasifikohet si				Totali
		E dobët	E mirë	Shumë e mirë	Nuk jam i/e sigurt /nuk e di	
E parëndësishme		0	0	1	0	1
		.0%	.0%	100.0%	.0%	100.0%
Shumë e rëndësishme		1	12	7	0	20
		5.0%	60.0%	35.0%	.0%	100.0%
E rëndësishme		0	91	197	1	289
		.0%	31.5%	68.2%	.3%	100.0%
Total		1	103	205	1	310
		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

b. Njohuritë mbi ushqyerjen dhe shëndetin (njohuritë mbi dietat e shëndetshme dhe zgjedhjet ushqimore të shëndetshme)

Fëmijët

Shumica absolute e fëmijëve e dinë rëndësinë e konsumit të tre vakteve ushqimore, ku 95.2% e tyre identifikojnë mëngjesin si vaktin kryesor, të ndjekur nga dreka (91.4%) dhe më pas nga darka (85.4%). Duke pasur parasysh se pothuajse të gjithë fëmijët e njohin rëndësinë e mëngjesit, është interesante të theksohet se në ditën e matjeve antropometrike, vetëm 63% e fëmijëve raportuan se kishin ngrënë mëngjesin atë ditë.

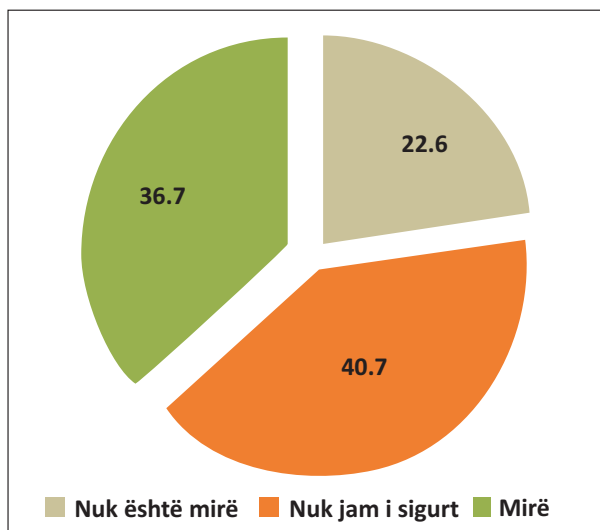
Fëmijët e konsiderojnë ushqimin mes vakteve më pak të rëndësishëm, me afërsisht një të tretën (30.4%) që tregon se ushqimet e pasdites janë të rëndësishme, e ndjekur nga një e pesta (21%) që thonë se ushqimet pas mëngjesit janë të rëndësishme; shumë pak (8.9%) mendojnë se pas darkës ushqimet janë të rëndësishme për t'u konsumuar (Tabela 20).

Tabela 20. Opinioni i fëmijëve për rëndësinë e vakteve ushqimore

Shënoni të gjitha vaktet që mendoni se duhet t'i hani për t'u rritur dhe për të qenë të shëndetshëm	Po [n(%)]	Jo [n(%)]	Totali [n(%)]
Mëngjes	4750 (95.2)	241 (4.8)	4991 (100.0)
Paradite	1049 (21.0)	3942 (79.0)	4991 (100.0)
Drekë	4562 (91.4)	429 (8.6)	4991 (100.0)
Pasdite	1517 (30.4)	3474 (69.6)	4991 (100.0)
Darkë	4264 (85.4)	727 (14.6)	4991 (100.0)
Pasdarke	445 (8.9)	4546 (91.1)	4991 (100.0)

Vetëm pak më shumë se një e treta (36.7%) e fëmijëve besojnë se është e rëndësishme për rritjen dhe shëndetin e tyre që të kenë tre vakte kryesore dhe disa vakte të ndërmjetme (Figura 3).

Figura 3. Shpërndarja e fëmijëve (në përqindje) që mendojnë se është mirë të hash 3 vakte në ditë dhe 2 herë midis vakteve



Në përgjithësi, fëmijët tregojnë një kuptim të mirë të disa zakoneve dhe praktikave ushqimore të shëndetshme. Pjesa më e madhe e tyre pajtohen se shëndeti i tyre gjatë rritjes “varet nga llojet e ushqimeve që hanë” dhe që për të forcuar shëndetin “mbajtja aktive dhe fizikisht e përshtatshme është po aq e rëndësishme sa ushqimi i konsumuar” (84.1% dhe 83.4 %, përkatësisht). Tre nga katër fëmijë (77.2%) gjithashtu pohojnë se “është më mirë të hahen ushqime të ndryshme sesa sasi të mëdha të të njëjtit ushqim”, duke treguar njëfarë kuptimi për rëndësinë e një diete të diversifikuar/shumëllojshme (Tabela 21).

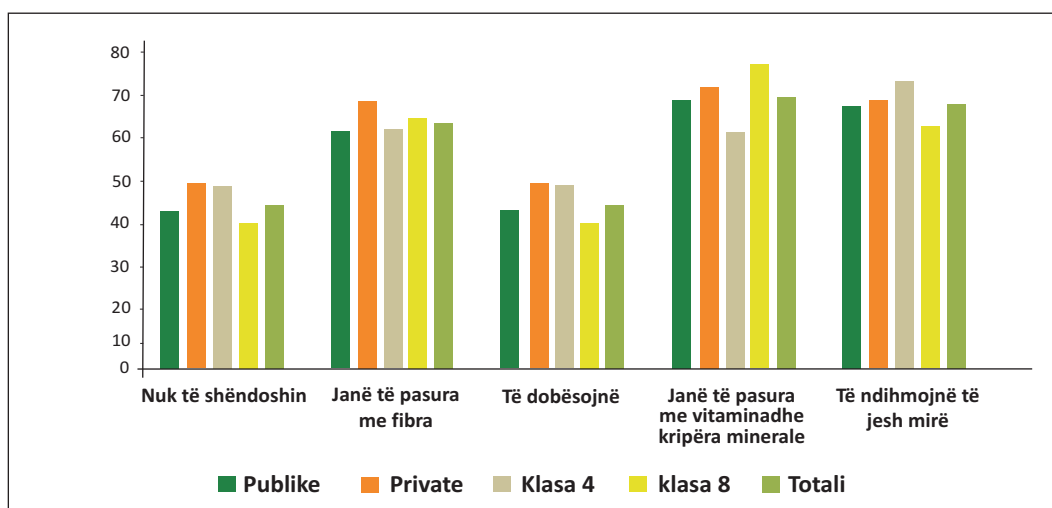
Shumica e fëmijëve pohojnë se nuk është mirë për shëndetin të hahet “fast-food shumë shpesh” (85.2%), dhe pothuajse tre të katërtat e tyre nuk mendojnë se “piket e gazuara janë po aq të mira sa uji i pijshëm” për të shuar etjen (72.0%). Megjithatë, një në tre fëmijë janë të pasigurtë rreth marrjes së yndyrave dhe shëndetit, me 32.9% që thonë se ose nuk pajtohen ose nuk e dinë se “për të qenë i shëndetshëm, duhet të hani pak yndyrë”.

Tabela 21. Qëndrimet e fëmijëve ndaj zakoneve të të ngrënit

Mund të më thuash nëse je dakort apo jo me pohimet më poshtë?	Po (%)	Jo (%)	Nuk e di (%)	Totali (%)
Është e rëndësishme të hash ushqime si: buka dhe drithrat	83.5	7.3	9.2	4991 (100.0)
Për të qenë i shëndetshëm duhet të hash pak yndyrë	67.1	18.8	14.1	4991 (100.0)
Qumështi i bën kockat e forta	87.0	4.0	9.0	4991 (100.0)
Të shkosh në fast food shpesh të bën mirë për shëndetin	6.7	85.2	8.1	4991 (100.0)
Është mirë të hash karamеле, çokollata por jo çdo ditë	60.8	26.0	13.2	4991 (100.0)
Është më mirë të hash nga pak lloje të ndryshme ushqimesh sesa sasi të mëdha të të njëjtit ushqim	77.2	9.5	13.3	4991 (100.0)
Shëndeti juaj gjatë rritjes varet nga ushqimi që ha	84.1	4.9	10.9	4991 (100.0)
Frutat dhe perimet e konservuara janë njësoj të ushqyeshme si të freskëtat	18.7	66.7	14.6	4991 (100.0)
Lëngjet me gaz shuajnë etjen njësoj si dhe uji	14.0	72.0	15.8	4991 (100.0)
Për tu rritur i shëndetshëm aktiviteti fizik dhe sporti janë po aq të rëndësishëm sa dhe ushqimi që konsumon	83.4	8.0	8.6	4991 (100.0)

Fëmijët gjithashtu duket se kanë njohuri për përfitimet e konsumit të frutave dhe perime të freskëta, me 70% që tregojnë se këto ushqime “të ndihmojnë të jesh mirë”. Tre nga katër fëmijë (72.4%) tregojnë se frutat dhe perimet janë të pasura me vitamina dhe minerale dhe dy nga tre thonë se janë të pasura me fibra (65.2%). Fëmijët që ndjekin shkollat private kanë më shumë gjasa se fëmijët e shkollave publike të dinë për fibrat në fruta dhe perime (71.4% kundrejt 63.4%, respektivisht), dhe nxënësit e klasës së 8-të janë më shumë të vetëdijshëm për përmbajtjen e vitaminave dhe mineraleve krahasuar me ato të klasave të 4-ta (81.1% vs. 62.8%). Fëmijët janë gjithashtu disi të vetëdijshëm për përmbajtjen e ulët kalorike të frutave dhe perimeve, me 43.6% që tregojnë se këto ushqime “nuk ju japin yndyrë” dhe 17.7% duke thënë se “ju bëjnë të humbni peshë” (Figura 4).

Figura 4. Njohuritë e fëmijëve për vlerat e frutave dhe perimeve



Kur u pyetën për të treguar se sa mirë mendojnë se bëjnë ushqime të ndryshme për shëndetin e tyre, fëmijët më së shpeshti tregojnë se frutat janë shumë të mira për shëndetin (92.3%), e pasuar nga supa (86.4%), qumështi dhe kosi (83%), zorzavatet e freskëta (80.1%). Fëmijët gjithashtu thonë se peshku (68.9%), vezët (61.8%) dhe djathi (58.1%) janë shumë të mira për shëndetin; vetëm rreth gjysma e fëmijëve pohojnë se mishi (52.6%) dhe pulat (49.0%) janë ushqime shumë të mira. Shumica e fëmijëve e pranojnë rëndësinë e ujit, me 84.4% duke thënë se është shumë i mirë për shëndetin.

Ushqimet që fëmijët më së shpeshti pohojnë se nuk janë të mira për shëndetin e tyre përfshijnë të gjitha format e ëmbëlsirave ose ushqimet me sheqer, të tilla si karamelë (78.6%), çokollata (67.8%), sheqeri (65.2%), akulloret (58.9%) dhe pijet me gaz (80.9%). Ndër ushqimet jo të ëmbla, patatinat dhe patatet e skuqura pohohen si jo të mira për shëndetin (77.5% dhe 50.4%, respektivisht), së bashku me byrekun (63.1%), hamburgerin (68.0%), si dhe salçicet dhe proshutën (43.1%) [Tabela 22].

Tabela 22. Njohuritë e fëmijëve mbi ushqimet dhe shëndetin

Sa mirë mendoni se bëjnë këto ushqime për shëndetin?	Bën shumë mirë për shëndetin (%)	Bën mirë për shëndetin (%)	Nuk bën mirë për shëndetin (%)	Totali (%)
1. Buka	42.3	52.4	5.2	100.0
2. Djathi	58.1	38.6	3.3	100.0
3. Uji	84.4	14.5	1.1	100.0
4. Zorzavatet e freskëta	80.1	17.2	2.7	100.0
5. Zorzavatet e ziera	51.9	41.9	6.3	100.0
6. Fruta	92.3	7.4	0.3	100.0
7. Mishi	52.6	42.8	4.6	100.0
8. Qumështi, kosi	83.0	16.0	1.0	100.0
9. Peshku	68.9	27.1	3.9	100.0
10. Veza	61.8	34.7	3.5	100.0
11. Farat (elbi, misri, drithërat, orizi)	37.6	51.2	11.2	100.0
12. Sallami, proshuta	15.6	41.2	43.2	100.0
13. Gjalpi	36.6	45.1	18.3	100.0
14. Biskotat	14.8	46.9	38.2	100.0
15. Sheqeri	5.1	29.7	65.2	100.0
16. Çokollatat	6.0	26.2	67.8	100.0
17. Makaronat	26.0	55.8	18.2	100.0
18. Patatinat/të kripurat	5.0	17.5	77.5	100.0
19. Akulloreja	7.2	33.9	58.9	100.0
20. Pijet me gaz	4.8	14.2	80.9	100.0
21. Margarina	20.0	44.8	35.1	100.0
22. Hamburgeri	9.9	22.1	68.0	100.0
23. Pula	49.0	41.6	9.4	100.0
24. Karamelë	4.6	16.8	78.6	100.0
25. Patatet e skuqura	17.4	32.2	50.4	100.0
26. Supa	86.4	11.8	1.7	100.0
27. Vaji i ullirit	59.5	31.8	8.7	100.0
28. Tortat	7.6	29.3	63.1	100.0

Pothuajse të gjithë fëmijët (93.3%) pohojnë se është mirë të hahet mëngjesi; 5.2% e fëmijëve nuk janë të sigurtë për këtë, ndërsa 1.4% nuk besojnë se është mirë të hahet mëngjesi (të dhënat nuk paraqiten).

Përsa i përket problemeve që lidhen me ngrënien e mëngjesit (Tabela 23), fëmijët mendojnë se pa mëngjes ndihen të lodhur, pa energji (87%), janë më pak aktivë (58%), nuk mund të ndjekin mësimet (47%), dhe vetëm një në tre fëmijë beson se pa mëngjes ata “nuk mund të mësojnë shumë”. Nuk ka dallime në mes të shkollave në zonat rurale dhe atyre në zonat urbane (nuk paraqiten).

Tabela 23. Problemet që lidhen me mosngrënien e vaktit të mëngjesit sipas fëmijëve

Çfarë problemesh mendon se mund të kenë fëmijët nëse nuk hanë ushqim para se të shkojnë në shkollë?	Po (%) Publike	Po (%) Private	Po (%) Klasa 4	Po (%) Klasa 8	Po (%) Total
Ndjehen të lodhur; nuk kanë energji	86.3	87.3	83.1	89.7	86.6
Janë të përgjumur ose i zë gjumi	33	39.1	37	31.2	34.3
Nuk mund të ndjekin mësimin	47.1	48.1	51.9	43.1	47.3
Nuk mund të mësojnë sa duhet	29.8	35.8	37.9	24.9	31.1
Janë më pak aktiv fizikisht	56.1	64.6	52.9	62.7	58.0
Nuk e di	6.0	5.7	8.6	3.5	5.9
Nuk ka asnjë problem	3.5	2.5	4.5	2.1	3.3

Kur u kërkohet të emërtojnë (pyetje e hapur) çdo problem që mund të rezultojë nga ngrënia e shumë ëmbëlsirave dhe sheqernave, problemet më shpesh të emërtuara nga fëmijët janë: 1) mbipesha dhe obeziteti; 2) “sëmundja e sheqerit” (diabeti); 3) dhimbje në stomak; 4) ndjenja jo e mirë; 5) prishja e dhëmbëve; 6) ndjenja e trulllosjes; dhe 7) vetë-imazhi i varfër (renditur në rend zbritës, nga më të shpeshtat në më pak të përmendurat nga fëmijët).

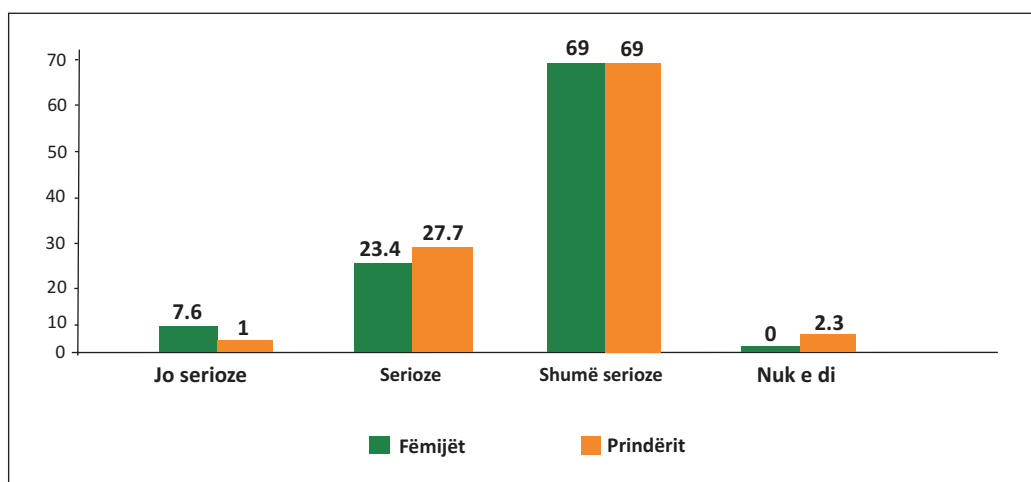
Më shumë se gjysma e fëmijëve (59.2%) mendojnë se është e rëndësishme që të ketë lloje të ndryshme ushqimi në vakte dhe një e pesta (20.0%) mendojnë se është disi e rëndësishme. Shumica e nxënësve të klasës së 4-të e vlerësojnë diversitetin e ushqimit si shumë të rëndësishëm (63.7%, krahasuar me 54.3%) dhe pak më shumë nxënës në shkollat publike se sa në shkollat private thonë se është shumë e rëndësishme (60.5% krahasuar me 54.5%). Ndërsa në përgjithësi, 17.7% e fëmijëve nuk janë të sigurtë ose nuk e dinë rëndësinë e diversifikimit të ushqimit në vakte, një e katërta e nxënësve të klasës së 4-të (24.5%) nuk janë të sigurtë për këtë, krahasuar me 11.2% të nxënësve të klasës së 8-të (Tabela 24).

Tabela 24. Opinonet e fëmijëve rreth shumëllojshmërisë së ushqimeve

Sa e rëndësishme mendon se është që vakti i ushqimit të përmbajë lloje të ndryshme ushqimesh?	Po (%) Urban	Po (%) Rural	Po (%) Publike	Po (%) Private	Po (%) Klasa 4	Po (%) Klasa 8	Po (%) Totali
Shumë e rëndësishme	58.3	61.8	60.5	54.5	54.3	63.7	59.2
Disi e rëndësishme	20.3	19.0	19.3	22.5	16.3	23.3	20.0
Jo e rëndësishme	2.9	4.0	3.3	2.6	4.6	1.8	3.2
Nuk jam i sigurt	10.6	9.0	9.8	11.4	13.2	7.5	10.2
Nuk e di	7.9	6.1	7.0	9.0	11.6	3.7	7.5
Totali	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

Për çështje të përzgjedhura të shëndetit të tilla si mbipeshë dhe obeziteti, prindërve dhe fëmijëve i'u kërkua që të raportojnë për të njëjtat tema. Prandaj, prindërit dhe fëmijët u pyetën për shkallën e seriozitetit të mbipeshës dhe obezitetit. Figura 5 paraqet informacionin e raportuar nga prindërit dhe fëmijët. Ka një vlerësim të ngjashëm të këtyre gjendjeve shëndetësore nga prindërit dhe fëmijët, ku rreth një e katërta e të dy grupeve përgjigjen se është një "çështje serioze" (23.4% e fëmijëve dhe 27.7% e prindërve) dhe më shumë se dy të tretat e të dy grupeve (69%) duke thënë se është "shumë serioze" të jesh mbipeshë ose obez.

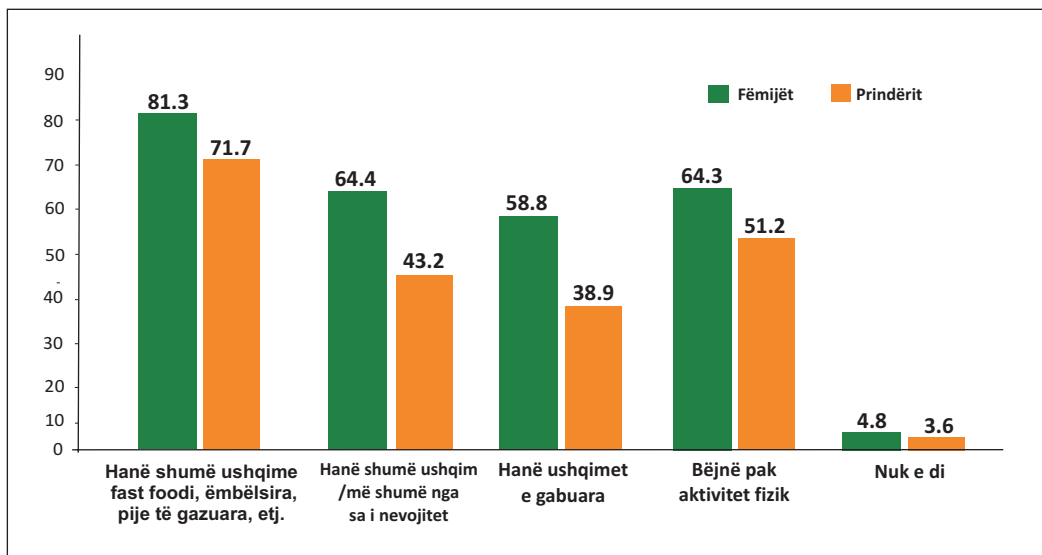
Figura 5. Përgjigjet e fëmijëve dhe prindërve mbi rëndësinë e problemit të mbipeshës dhe obezitetit (%)



Megjithatë, përqindja e fëmijëve që tregojnë arsytet nga një listë e përzgjedhur pse njerëzit janë mbipeshë ose të obezë është shumë më e lartë se prindërit. Arsyeja më e shpeshtë e përmendur nga fëmijët dhe prindërit është konsumimi i ushqimeve kalorike dhe ushqimeve të tipit fast-food (81.3% e fëmijëve dhe 71.7% e prindërve).

Fëmijët përmendnin të ngrënit shumë dhe të bërit aktivitet fizik shumë pak në një shkallë të barabartë (64%), ndërsa prindërit i treguan këto arsye në një masë shumë më të vogël (43.2% dhe 51.2%, përkatësisht) [Figura 6].

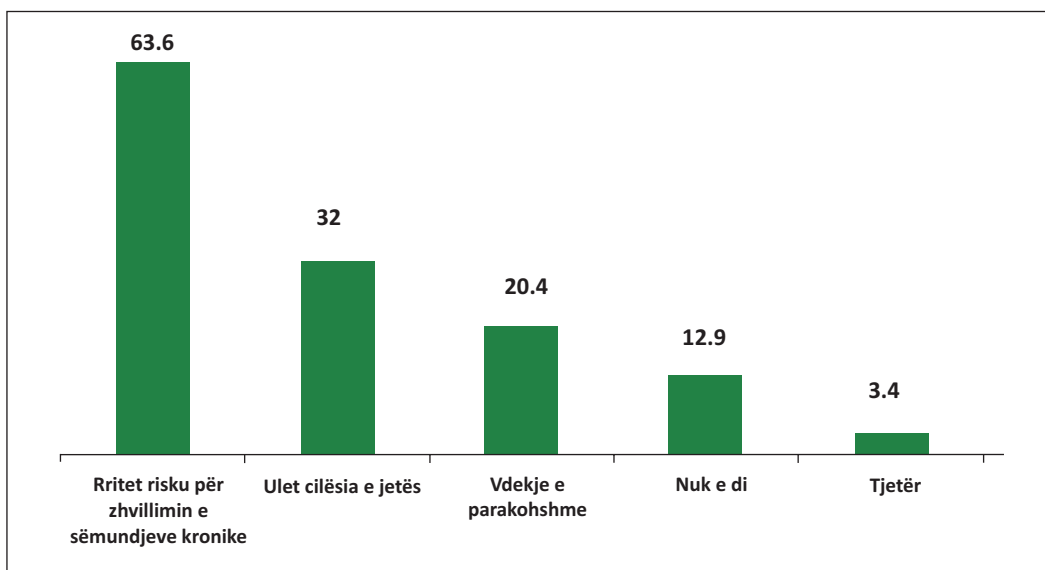
Figura 6. Opinionet e fëmijëve dhe prindërve (në përqindje) mbi arsyt se përse njerëzit janë mbipeshë apo obezë



Sipas mendimit të prindërve, problemi më i shpeshtë shëndetësor që prek një person që është mbipeshë ose i obez, është rritja e rrezikut për zhvillimin e sëmundjeve kronike (63.3%), pasuar nga një rënie në cilësinë e jetës (32.0%) dhe vdekja e parakohshme (20.4 %).

Trembëdhjetë përqind e prindërve thonë se nuk i njohin problemet shëndetësore që mund të shkaktohen nga mbipeshja ose obeziteti (Figura 7).

Figura 7. Opinionet e prindërve (në përqindje) lidhur me problemet shëndetësore që mund të prekin personat mbipeshë ose obezë



- Prindërit

Shumica e prindërve kanë dëgjuar për mungesën e anemisë së hekurit dhe mungesën e jodit, megjithëse më shumë prej tyre janë të njohur me aneminë e mungesës së hekurit (88.0%), sesa deficiencën e jodit (74.1%) [Tabela 25]. Vetëm rreth 40% e prindërve kanë dëgjuar për kripën e jodizuar, megjithëse 77.3% e familjeve raportojnë përdorimin e kripës së jodizuar (të dhënat nuk paraqiten).

Tabela 25. Njohuritë e prindërve për mungesën e jodit dhe aneminë e shkaktuar nga mungesa e hekurit

A kenë dëgjuar për:	Po [n(%)]	Jo [n(%)]	Nuk e di [n(%)]	Pa përgjigje [n(%)]	Totali [n(%)]
Mungesën e jodit?	5043 (74.1)	789 (11.6)	730 (10.7)	248 (3.6)	6810 (100.0)
Aneminë e shkaktuar nga mungesa e hekurit?	5991 (88.0)	351 (5.2)	307 (4.5)	161 (2.4)	6810 (100.0)

Prindërit besojnë se fëmijët e tyre kanë më shumë gjasa të përjetojnë anemi të mungesës së hekurit (15.2%) sesa mungesë të jodit (8%, edhe pse shumë prindër nuk janë të sigurt nëse fëmija i tyre ka të ngjarë të jetë i mangët në jod (46.2%) ose hekur (24.5) [Tabela 26].

Tabela 26. Perceptimet e prindërve për mundësinë që fëmijët e tyre të kenë mungesë jodi dhe hekurit

A mendoni se fëmija juaj ka gjasa/ mundësi që:	Të ketë mungesë jodi?		Të jetë me mungesë hekurit/anemik?	
	Numër	Përqindje	Numër	Përqindje
Nuk ka gjasa	2941	43.2	3930	57.7
Nuk jam i/e sigurt	3146	46.2	1668	24.5
Ka gjasa	548	8.0	1032	15.2
Pa përgjigje	175	2.6	180	2.6
Totali	6810	100.0	6810	100.0

Shumica e prindërve (79.4%) mendojnë se anemia nga mungesa e hekurit është një problem shumë serioz. Vetëm një e katërta (25.9%) e prindërve mendojnë se mungesa e jodit është një problem shumë serioz shëndetësor dhe një e pesta (22.0%) thonë se nuk e dinë sa serioze është mungesa e jodit (Tabela 27).

Tabela 27. Perceptimet e prindërve për seriozitetin e mungesës së jodit dhe mungesës së hekurit/anemisë

Sa problem mendoni se është:	Mungesa e jodit për trupin e njeriut?		Mungesa e hekurit/anemia?	
	Numër	Përqindje	Numër	Përqindje
Nuk është problem	216	3.2	155	2.3
Është problem	3088	45.3	613	9.0
Shumë problem	1766	25.9	5408	79.4
Nuk e di	15 01	22.0	456	6.7
Pa përgjigje	239	3.5	178	2.6
Totali	6810	100.0	6810	100.0

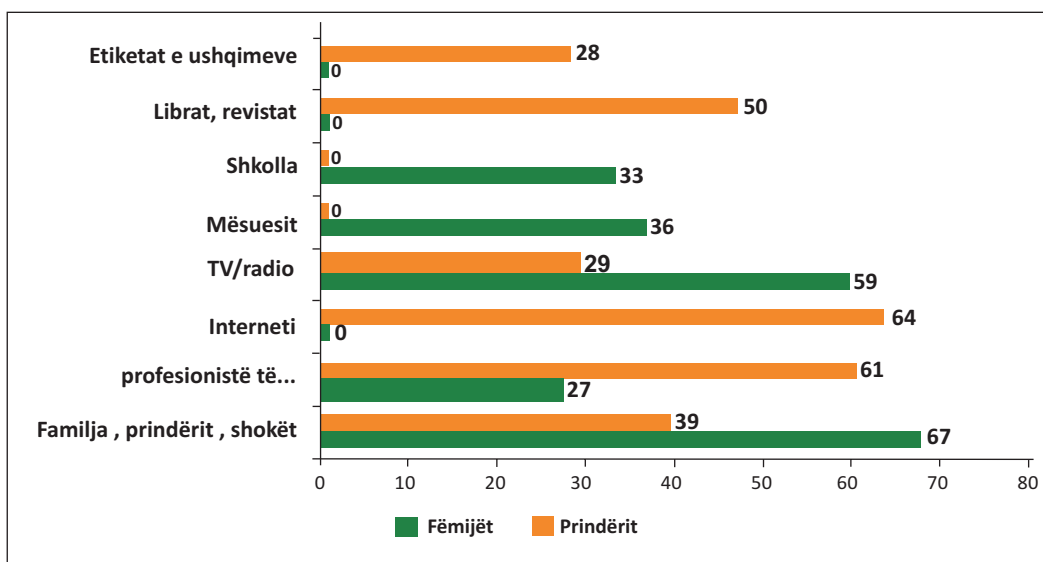
Burimet e informacionit

- Fëmijët

Burimet kryesore të informacionit të fëmijëve në lidhje me ushqimin, ushqyerjen dhe shëndetin janë familja, prindërit e miqtë (67%), dhe programet televizive (59%). Rreth një në tre fëmijë përmendin mësuesit (36%) dhe materialet shkollore (33%) si burime informacioni dhe një në katër thonë se marrin informacion nga punonjësit e kujdesit shëndetësor (27%) [Figura 8]. Ndër prindërit, burimet kryesore të informacionit janë Interneti (64%), punonjësit e kujdesit shëndetësor (61%), librat dhe revista ushqimore (50%). Dy nga pesë prindër e marrin informacionin e tyre nga anëtarët e familjes, miqtë dhe kolegët (39%).

Mjekët/infermierët e shkollave (14%), klasat e kuzhinës (11%), ose vizitat në kompanitë ushqimore ose fermat (9%) janë burime të kufizuara informacioni mes fëmijëve. Për më tepër, në mesin e prindërve, burime të kufizuara informacioni përfshijnë organizatat e konsumatorëve (5.1%) dhe qeverisjen vendore (1%) [të dhënat nuk paraqiten].

Figura 8. Burimet kryesore të informacionit (në përqindje) rreth ushqimeve, shëndetit dhe ushqyerjes për fëmijët dhe prindërit



Praktikat dietetike dhe shëndetësore

b. Zakonet e ushqyerjes (vaktet dhe ushqimet e konsumuara + ushqyerja me gji)

- Fëmijët

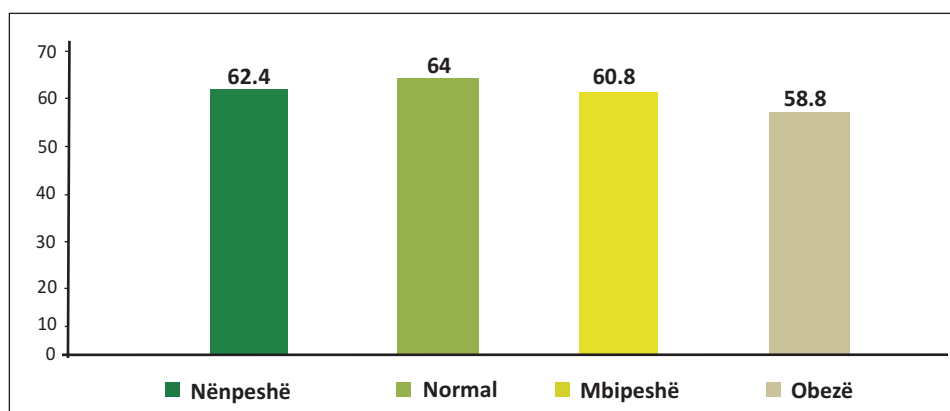
Në ditën e matjes, më pak se dy të tretat e fëmijëve (62.7%) e kishin ngrënë mëngjesin (Tabela 28). Prevalenca e konsumit të mëngjesit në atë ditë ishte më e larta në mesin e fëmijëve të klasës së katërt dhe më e ulëta në fëmijët e klasës së tetë, me vajzat e klasës së tetë që raportuan përqindjet më të ulëta të konsumit të mëngjesit.

Tabela 28. Konsumimi i mëngjesit nga fëmijët sipas klasës dhe gjinisë (në ditën e matjes)

Konsumuan mëngjes	Klasa 1				Klasa 4				Klasa 8				Të gjitha klasat	
	Djem		Vajza		Djem		Vajza		Djem		Vajza		Totali	
	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%
Po	833	62.4	771	61.6	907	73.1	871	76.4	725	54.6	648	50.5	4755	62.7
Jo	503	37.6	480	38.4	333	26.9	269	23.6	602	45.4	636	49.5	2823	37.3
Totali	1336	100.0	1251	100.0	1240	100.0	1140	100.0	1327	100.0	1284	100.0	7578	100.0

Konsumi i mëngjesit ishte më i ulët në mesin e fëmijëve obezë (58%) dhe atyre që ishin mbipeshë (60.8%), krahasuar me homologët e tyre që kishin peshë normale (64%) ose ishin nëneshë (62.4%) [Figura 9].

Figura 9. Konsumimi i vaktit të mëngjesit te fëmijët sipas TMT-së



Raportimi i fëmijëve mbi praktikat e tyre

Shumica e fëmijëve zakonisht hanë mëngjes, drekë dhe darkë çdo ditë. Sidoqoftë, konsumi i mëngjesit është më i ulët sesa vaktet e tjera kryesore (71.3%, krahasuar me 89.3% për drekën dhe 87.3% për darkën), ndonëse 27.9% e fëmijëve zakonisht hanë një mëngjes të lehtë. Marrjet ushqimore në mes të vakteve të ngrënies janë shumë më pak të zakonshme, me vetëm një të tretën e fëmijëve (36.7%) që raportojnë se hanë ndonjë gjë të lehtë pasdite, ndërsa një në dhjetë (10%) fëmijë hanë ndonjë ushqim pas darkës (Tabela 29).

Tabela 29. Shpërndarja e fëmijëve (në përqindje) sipas vakteve të konsumuar

Cilët vakte ha zakonisht çdo ditë? (n=4991)	Po [n(%)]
Mëngjes	3557 (71.3)
Paradite	1390 (27.9)
Drekë	4455 (89.3)
Pasdite	1834 (36.7)
Darkë	4359 (87.3)

Më shumë se dy nga tre fëmijë (68.5%) raportuan se nuk kishin konsumuar mëngjesin në ditën e matjeve antropometrike. Pothuajse të gjithë fëmijët (94%) kishin ngrënë drekë dhe darkë një ditë para matjeve, dhe katër nga pesë kishin konsumuar ndonjë lloj ushqimi ose pije në mes të ngrënies (80.4%). Më shumë se gjysma e fëmijëve kishin blerë ushqime për të ngrënë (Tabela 30).

Tabela 30. Shpërndarja e zakoneve të të ngrënit te fëmijët gjatë 24 orëve të fundit

Zakonet e të ngrënit	Po [n(%)]	Jo [n(%)]	Nuk më kujtohet / pa përgjigje [n(%)]	Totali [n(%)]
A keni ngrënë mëngjes sot para se të shkoni në shkollë (përveç thjesht ujë, qumësht ose lëng frutash)?	3421 (68.5)	1503 (30.1)	67 (1.3)	4991 (100.0)
A ke ngrënë drekë dje? ose A ke ngrënë drekë sot? (nëse intervista bëhet pasdite)	4668 (93.5)	244 (4.9)	79 (1.6)	4991 (100.0)
A ke ngrënë darkë mbrëmë?	4684 (93.8)	249 (5.0)	58 (1.2)	4991 (100.0)
Dje për gjatë gjithë ditës a ke ngrënë ose pirë ndonjë ushqim mes vakteve?	4014 (80.4)	830 (16.6)	147 (2.9)	4991 (100.0)
Dje për gjatë gjithë ditës a ke blerë dhe ngrënë ndonjë ushqim që e ke blerë vetë me lekët që ke patur në xhep?	2931 (58.7)	1980 (39.7)	80 (1.6)	4991 (100.0)

Një e treta e fëmijëve hanë darkën e tyre duke parë televizor, duke përdorur një telefon celular ose tabletë (37%) çdo ditë, ose pothuajse çdo ditë; më pak se një e treta thonë se kurrë nuk shikojnë TV apo përdorin pajisje të tjera gjatë ngrënies së darkës. Pothuajse të gjithë fëmijët thonë se hanë darkë me familjen e tyre çdo ditë ose pothuajse çdo ditë (90.5%), ndërsa një në katër fëmijë thonë se hanë mëngjes në shtëpi nganjëherë (15.7%) ose kurrë (11%) (Tabela 31).

Tabela 31. Shpeshtësia e konsumimit të vakteve dhe zakoneve të lidhura me to

Sa shpesh:	Çdo ditë	Thuajse çdo ditë (4-6 herë/javë)	Ndonjëherë (1-3 herë/javë)	Asnjëherë
Ha darkë duke ndjekur TV / telefonin celular / tabletin, etj.?	23.3%	13.5%	31.9%	31.3%
Ha darkë së bashku me familjen?	78.0%	12.5%	7.8%	1.7%
Ha mëngjes në shtëpi?	63.4%	9.8%	15.7%	11.0%

Një në tre fëmijë (33%) marrin ushqim nga shtëpia për të ngrënë në shkollë çdo ditë ose pothuajse çdo ditë, ndërsa dy nga tre thonë se e bëjnë këtë vetëm ndonjëherë ose kurrë (21.4% dhe 45.5% respektivisht). Më shumë se gjysma e fëmijëve (58%) marrin para me vete në shkollë për blerjen e ushqimit, pijeve ose drekës çdo ditë ose pothuajse çdo ditë dhe një e pesta (22%) ndonjëherë. Ndarja e ushqimeve në shkollë nuk është e zakonshme; shumica e fëmijëve (74.8%) thonë se kurrë ose vetëm ndonjëherë e ndajnë ushqimin e tyre me të tjerët (Tabela 32).

Tabela 32. Zakonet e lidhura me marrjen dhe ndarjen e ushqimit në shkollë

Sa shpesh:	Çdo ditë	Thujse çdo ditë (3-4 herë/javë)	Ndonjëherë (1-2 herë/javë)	Asnjëherë
Merrni ushqime nga shtëpia për t'i ngrënë në shkollë?	22.9%	10.3%	21.4%	45.5%
Ndani ushqimin tuaj në shkollë me të tjerët (shokët)?	13.6%	12.6%	35.6%	38.2%
Merrni para në shkollë për të blerë ushqime, pije apo ngrënë drekën?	45.1%	13.0%	21.5%	20.4%

Shumica e fëmijëve u ndihmojnë familjeve të tyre shumë shpesh ose shpesh në aktivitete “ushqimore”, siç janë pazaret e ushqimeve (75.6%), zgjedhjen e ushqimeve për blerje dhe ngrënie (67.4%), përgatitjen e tavolinës dhe larjen e enëve (56.4%), ose përgatitjen e ushqimit (50.8%). Ata janë më pak të përfshirë në gatim (43.3%) dhe në aktivitetet bujqësore shtëpiake (31.2%) në rastet kur familjet kanë aktivitete të tilla (Tabela 33).

Tabela 33. Ndhima që japin fëmijët në familjet e tyre

Sa shpesh ndihmoni familjen tuaj në:	Shumë shpesh	Shpesh	Ndonjëherë	Asnjëherë
Pazaret e ushqimeve?	45.4%	30.2%	20.4%	4.1%
Zgjedhjen e ushqimeve për të blerë dhe ngrënë?	33.8%	33.6%	26.7%	6.0%
Përgatitjen e ushqimit dhe vakteve?	25.1%	25.7%	35.1%	14.0%
Gatim?	23.0%	20.3%	32.5%	24.2%
Shtrimin e tryezës, larjen e enëve?	34.7%	21.7%	24.9%	18.7%
Aktivitetet bujqësore në shtëpi?	15.9%	15.3%	24.3%	44.4%

Raportimet e prindërve mbi praktikën e fëmijëve

- Prindërit

Më shumë se tre nga katër prindër (78%) raportojnë se fëmijët e tyre janë ushqyer ekskluzivisht me gjë për gjashtë muajt e parë të jetës. Rreth 4.3% e fëmijëve, sipas prindërve të tyre, kanë alergji ushqimore (verifikuar nga testet mjekësore).

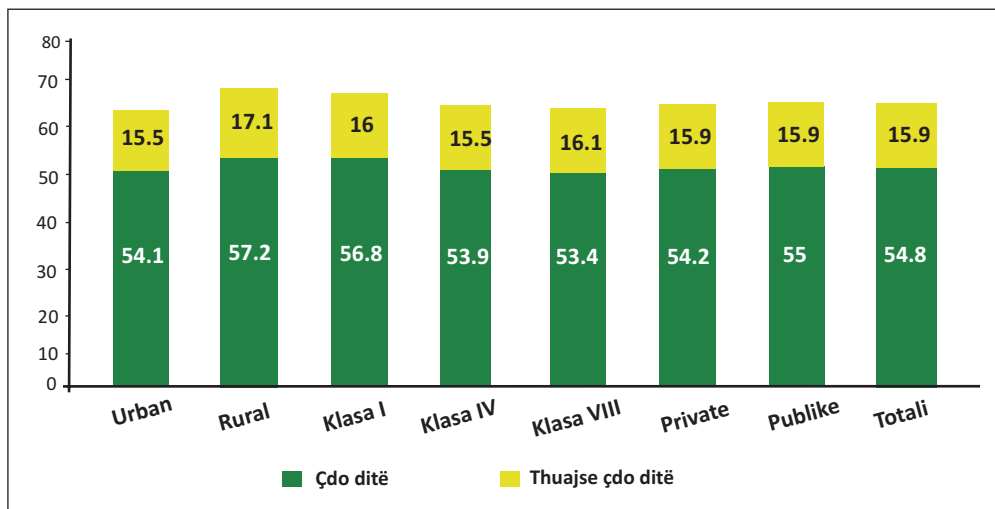
Një në pesë prindër (21%) thonë se “është shumë e vështirë që fëmija im të hajë ushqim”. Rreth 15% e prindërve “kërkojnë shumë fantazi” për të stimuluar fëmijët e tyre për të ndryshuar zakonet e tyre ushqimore, ndërsa 5% pranojnë që fëmijët e tyre gjithmonë hanë të njëjtat ushqime. Dy në pesë prindër thonë se fëmijët e tyre pëlqejnë të hanë jashtë shtëpisë (të dhënat nuk paraqiten).

Kur fëmijët nuk duan të hanë ose refuzojnë të hanë ushqime të caktuara, gjysma e prindërve thonë se ofrojnë një lloj tjetër ushqimi; rreth një e treta nuk insistojnë, dhe 7% thonë se i detyrojnë fëmijët e tyre të hanë kundër vullnetit të tyre (të dhënat nuk paraqiten).

Sa i përket konsumit të mëngjesit, pothuajse tre të katërtat e prindërve (71%) raportojnë se fëmijët e tyre hanë mëngjes në shtëpi çdo ditë ose pothuajse çdo ditë, me një përqindje pak më të lartë të fëmijëve nga zonat rurale sesa zonat urbane (74.3%, krahasuar me 69.6%,

respektivisht). Nuk kishte dallim në nivelet e konsumit ditor të mëngjesit midis fëmijëve të vegjël dhe atyre më të mëdhenj, por një dallim i dukshëm u vërejt për nxënësit e klasës së katërt. Nga ana tjetër, nuk kishte dallime midis llojeve të shkollave (shkolla publike vs. shkolla private) [Figura 10].

Figura 10. Konsumimi i vaktit të mëngjesit në shtëpi nga fëmijët (në përqindje), sipas raportimit të prindërve



Ushqimet që shumica e fëmijëve hanë për mëngjes janë qumështi ose kosi (77.3%), të ndjekur nga produktet e pjekura (bukë, biskota, briosh, dhe byrek) (69.1%). Gjysma e fëmijëve hanë vezë ose sallam (53.6%), dy të pestat hanë djathë ose gjalpë, reçel, mjaltë ose marmelatë (44.4%), ose fruta (39.6%). Përafërsisht gjysma e fëmijëve pijnë ujë ose lëngje në mëngjes (56.5% dhe 47.5%, respektivisht), ndërsa një e treta pijnë çaj (Tabela 34). Kishte dallim të madh në mes të fëmijëve në zonat rurale (43.6%) dhe atyre në zonat urbane (38.3%). Gjithashtu, një dallim i tillë u vërejt edhe për pijet e gazuara: 10.5% në zonat rurale kundrejt 7.9% në zonat urbane, dhe ky ndryshim ishte gjithashtu statistikisht i rëndësishëm (të dhënat nuk paraqiten).

Tabela 34. Ushqimet që konsumojnë fëmijët për mëngjes (sipas prindërve)

Cilat nga ushqimet ose pijet e listuara më poshtë konsumon zakonisht fëmija juaj për mëngjes (shënjoni të gjitha ato që konsumon)			
Ushqime	Përqindja	Pije	Përqindja
Prodhime furre (bukë, biskota, kroasantë, byrek)	69.1	Qumësht ose kos	77.3
Reçel, krem çokollate, mjaltë, marmelatë	44.4	Çaj	34.0
Fruta	39.6	Lëng frutash	47.5
Vezë, sallam	53.6	Ujë	56.6
Djath, gjalp	41.6	Pije të gazuara	8.5

Rreth katër nga pesë prindër (78.2%) raportojnë se fëmijët e tyre hanë ushqime në shkollë. Shumica e fëmijëve hanë drekë në shtëpi me familjet e tyre (77.7%), ndërsa rreth 10% hanë ushqim të blerë nga një dyqan ose shitës ambulant në shkollë dhe 7% hanë ushqime që kanë sjellë nga shtëpia. Gjysma e fëmijëve hanë një vakt ndërmjetës ose ushqim të lehtë pasdite çdo ditë (30%) ose pothuajse çdo ditë (20%). Rreth 15% e fëmijëve hanë pas darkës çdo ditë (7.9%), ose pothuajse çdo ditë (6.9%) [të dhënat nuk paraqiten].

Tabela 35 paraqet frekuencën e konsumit të ushqimeve dhe pijeve të zgjedhura nga fëmijëve, siç raportohet nga prindërit e tyre. Rreth gjysma e prindërve thonë se, në një javë tipike, fëmijët e tyre hanë fruta të freskëta çdo ditë (55%), ndërsa vetëm një e pesta hanë perime çdo ditë (19.6%). Qumështi dhe produktet e tjera të qumështit shpesh konsumohen, me gjysmën e fëmijëve që konsumojnë qumësht të plotë (të pa skremuar) ose qumësht me yndyrë të ulët çdo ditë (përkatesisht: 31.0% dhe 17.2%), dy të pestat hanë djathë çdo ditë (41.0%) dhe një e pesta konsumojnë kos, ose produkte të tjera të qumështit (18.8%). Më pak se gjysma e fëmijëve (42.5%) hanë mish 1-3 herë në javë dhe rreth një e treta hanë peshk (Tabela 36). Vetëm gjysma e fëmijëve pijnë shpesh lëng frutash, ku 26.8% e tyre i konsumojnë çdo ditë dhe 20.8% i konsumojnë 4-6 ditë në javë.

Tabela 35. Shpeshtësia e konsumimit të disa ushqimeve dhe pijeve nga fëmijët sipas raportimit të prindërve

Në një javë tipike, sa shpesh fëmija juaj ha ose pi produktet e mëposhtme?					
Shpeshtësia	Kurrë [%]	Më pak se një herë në javë [%]	Disa ditë (1-3 ditë) [%]	Numrin më të madh të ditëve (4-6 ditë) [%]	Çdo ditë [%]
Fruta të freskëta	1.3	2.8	16.6	23.6	54.6
Perime (përjashtuar patatën)	3.1	8.7	36.5	29.0	19.6
100% lëng frutash	3.6	12.7	31.4	20.8	26.8
Pije freskuese me sheqer	20.4	38.6	21.9	7.2	5.4
Qumësht i aromatizuar	21.7	19.5	21.7	13.4	19.4
Pije freskuese dietetike ose "light"	69.2	13.9	6.6	2.2	1.7
Qumësht me përmbajtje të ulët yndyre ose gjysëm i skremuar	34.7	14.2	17.7	10.9	17.2
Qumësht të plotë (i paskremuar, në yndyrën e vet)	21.3	11.2	17.0	14.6	31.0
Djath	5.8	6.4	21.1	23.5	41.0
Kos, pudding/sultiash me qumësht, djath të shkrirë ose produkte të tjera bulmeti	8.1	16.9	31.7	19.7	18.9
Mish	5.5	11.9	42.5	26.6	11.3
Peshk	8.7	38.7	34.1	8.9	3.8
Ushqime si patatina, chips, kokoshka apo kikirikë	12.6	34.6	21.2	11.1	15.2
Ëmbëlsira si karamelle ose çokollata	6.6	30.3	30.7	15.2	14.2
Ushqime si biskota, kek, petulla, byrek	4.1	20.9	39.3	20.7	12.7
Ushqime si pica, patate të skuqura, hamburger, byrek me sallam/salcice ose mish	6.7	37.1	27.1	14.9	11.8

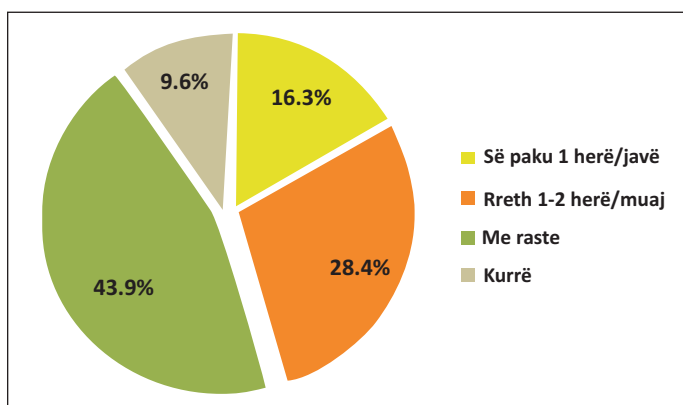
Praktikat familjare

Shumica e prindërve (85%) pohojnë se në familjet e tyre ata gatujnë ushqime tradicionale ose lokale (të zonës). Nënata janë personat që zakonisht gatujnë (84%), të ndjekura nga gjyshet (9.4%).

Gjatë ditëve të javës, shumica e familjeve hanë darkë së bashku, (84%), gjysma hanë drekë së bashku (53%) dhe një e pesta hanë mëngjesin së bashku (23%). Ka dallime të konsiderueshme midis zonave rurale dhe zonave urbane si për ngrënien së bashku të mëngjesit (25% vs 22%, përkatësisht) ashtu dhe darkës (85.7% vs 82.5%, respektivisht) [të dhënat nuk paraqiten].

Pak më shumë se dy të pestat e familjeve (44%) hanë drekë ose darkë në një restorant herë pas here (Figura 11).

Figura 11. Shpeshtësia e ngrënies në restorant



Televizioni ndizet gjatë ngrënies çdo ditë në 43% të familjeve. Vetëm 4% e prindërve raportojnë se ata kurrë nuk e ndezin televizorin gjatë konsumit të vakteve ushqimore (Tabela 36).

Tabela 36. Shpeshtësia ndezjes së TV-së gjatë ngrënies së vakteve

A është i ndezur televizori gjatë ngrënies së vakteve?	Numër	Përqindje	Përqindje e vlefshme	Përqindje kumulative
Çdo ditë	2914	38.5	42.8	42.8
Pothuajse çdo ditë	1833	24.2	26.9	69.7
Ndonjëherë	1660	21.9	24.4	94.1
Kurrë	267	3.5	3.9	98.0
Përgjigje e paplotë	136	1.8	2.0	100.0
Nën-totali	6810	89.9	100.0	
Mungojnë të dhënat	768	10.1		
Totali	7578	100.0		

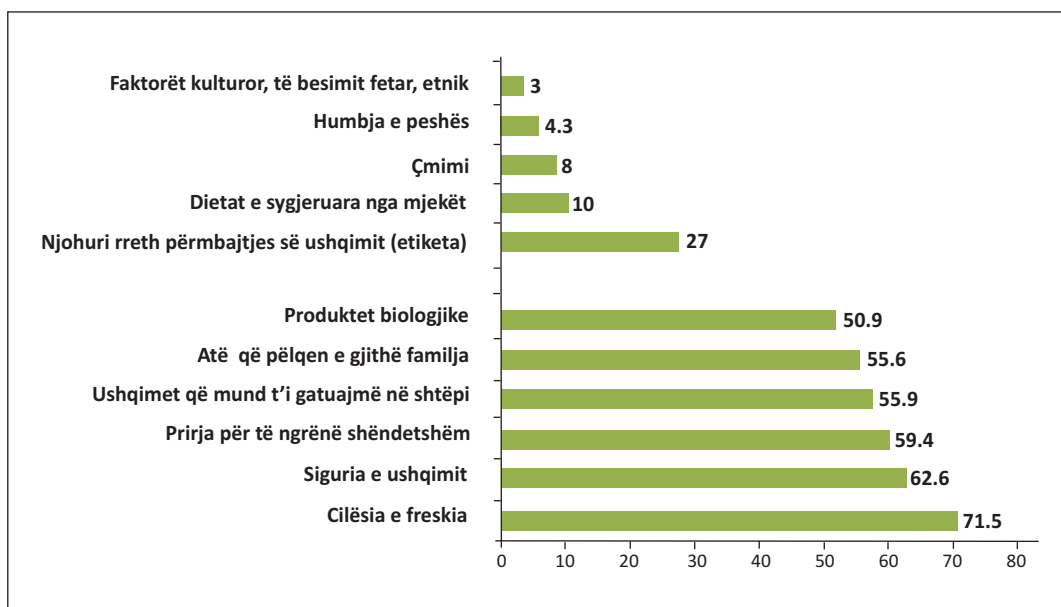
c. Zgjedhjet ushqimore, preferencat dhe faktorët ndikues

- Fëmijët

Faktorët kryesorë që raportojnë fëmijët se ndikojnë në zgjedhjen e tyre ushqimore dhe konsumimin e ushqimeve janë familja, prindërit (73.0%) dhe shija e ushqimit (60.4%). Një e katërta e fëmijëve (24.5%) thonë se reklamat televizive ushqimore dhe të pijeve ndikojnë në zgjedhjet e tyre ushqimore (të dhënat nuk paraqiten).

Shumica e prindërve tregojnë se cilësia e ushqimit dhe freskia janë faktorë në zgjedhjen e ushqimit të familjes (71.5%), pasuar nga siguria ushqimore (62.6%) dhe tendenca për ushqim të shëndetshëm (59.4%). Rreth gjysma thonë se ushqimet e preferuara nga e gjithë familja (55.6), ushqimet që mund të prodhojnë në shtëpi (55.9%) dhe produktet biologjike (50.9%) ndikojnë në zgjedhjen e ushqimeve familjare. Faktorët që kanë më pak gjasa të ndikojnë në zgjedhjen e ushqimit janë: njohja e përmbajtjes së ushqimit (27.3%); dietat e rekomanduara nga mjekët (10.3%); çmimet (8.4%); humbja e peshës (4.3%); faktorë kulturor fetar ose etnik (3.0%); reklamat (1.8%), etj. (Figura 12).

Figura 12. Faktorët (në përqindje) që ndikojnë në zgjedhjet e ushqimit nga prindërit



Fëmijët tregojnë se frutat janë ushqime të preferuara, ku pothuajse të gjithë pohojnë se ata “pëlqejnë shumë” portokallet dhe mandarinat (92.7%), mollët dhe dardhat (89.4%), bananet (84.9%), pjeshkët dhe kajsitë (85.4%), rrushin (80.3%); vetëm 45.2% frutat e thata. Mes perimeve, marulet (77.3%), karrotat (72.2%) dhe domatet (63.8%) janë më të pëlqyeshme sesa specat (32.9%), kungulli (32.3%), lakra (36.1%), bishtajat (32.7%), ose lulëlakra (37.7%) Shumë fëmijë thonë se u pëlqen shumë peshku i freskët (68.7), por shumë fëmijëve nuk u pëlqen fare peshku i konservuar (29.4%). Më pak se gjysma e fëmijëve i pëlqejnë shumë bizelet/fasulet/thjerrëzat ose spinaqin (45.6% dhe 47.6 %, përkatësisht).

Nga ana tjetër, ushqimet e tyre më pak të preferuara (“Nuk më pëlqejnë aspak”) janë: peshku

i konservuar 29.4%), kungulli (23.2%), specat (22.9%), lulalakra (21.8%) mashurkat (bishtajat) (21.7% %) dhe frutat e detit (17.4%). Një në gjashtë fëmijë asnjëherë nuk ka provuar fasulet apo frutat e detit, dhe një në dhjetë nuk ka provuar kurrë lulalakër ose kungull (të dhënat nuk paraqiten).

- Prindërit

Ndryshimet më të rëndësishme në zakonet ushqimore në dy vitet e fundit të identifikuar nga prindërit tregojnë një rritje të konsumit të frutave dhe perimeve (70%), një rënie në konsumimin e ushqimeve yndyrore dhe yndyrnave (53%), ulje të konsumit të sheqerit, duke përfshirë ëmbëlsirat (51%), një rritje të konsumit të qumështit dhe kosit (43%) dhe rritje të marrjes së ujit (41%). Një në tre familje ka rritur konsumin e peshkut dhe ka ulur konsumin e kripës (Tabela 37). Më shumë se tre nga katër familje raportojnë përdorimin e kripës së jodizuar (të dhënat nuk paraqiten).

Tabela 37. Ndryshimet në zakonet e të ushqyerit të familjes gjatë 2 viteve të fundit

Gjatë dy viteve të fundit, a ka bërë familja juaj në mënyrën e të ushqyerit ndonjë nga ndryshimet e mëposhtme? (n=6810)	Po (%)
Përdorim më pak sheqer dhe ëmbëlsira	50.7
Përdorim më pak bukë/makarona	16.2
Nuk përdorim ushqime me konservantë dhe ngjyrues	50.1
Përdorim më pak kafe dhe çaj	8.4
Përdorim më pak yndyrë dhe ushqime të yndyrshme	52.8
Përdorim më shumë qumësht, djath ose kos	43.3
Përdorim sasi më të vogla ushqimi	7.7
Përdorim më shumë ushqime me pak kalori	17.8
Përdorim më pak qumësht, djathë ose kos	5.1
Përdorim më shumë fruta dhe perime	69.4
Shmangim ngrënien jashtë vakteve	16.9
Pijmë më shumë ujë	41.3
Përdorim më shumë ushqime me fibra	18.4
Përdorim më pak mish	21.5
Përdorim më shumë mish	14.9
Përdorim më shumë peshk	31.7
Përdorim më pak kripë	36.6
Pijmë më pak alkool	18.7

Njohuritë më të mira mbi ushqyerjen përmenden nga gjysma e prindërve si arsyeja kryesore për të bërë ndryshime në zakonet e të ngrënies të familjes (52.5%). Shumë pak thonë se kanë bërë ndryshime për shkak të peshës ose shqetësimeve shëndetësore (13.3% dhe 15.7%).

Çmimet e ushqimeve, disponueshmëria e ushqimit apo lehtësia/komoditeti në ushqim thuhet se kanë një ndikim të papërfillshëm në ndryshimet e zakoneve të ushqyerjes së familjes (secili faktor me një interval prej 3% deri 4%) [Tabela 38].

Tabela 38. Faktorët që ndikojnë në ndryshimet e të ushqyerjes sipas prindërve

Cila ishte arsyeja kryesore që bëtë këto ndryshime?	Numër	Përqindje	Përqindje e vlefshme	Përqindje kumulative
Probleme me peshën	905	11.9	13.3	13.3
Probleme me shëndetin	1071	14.1	15.7	29.0
Ne kemi njohuri më të mira mbi ushqyerjen tani	3574	47.2	52.5	81.5
Çmimi/kostoja	236	3.1	3.5	85.0
Disponueshmëria	195	2.6	2.9	87.8
Lehtësi, komoditet	315	4.2	4.6	92.5
Arsye tjetër	277	3.7	4.1	96.5
Përgjigje e paplotë	237	3.1	3.5	100.0
Nëntotali	6810	89.9	100.0	
Mungojnë të dhënat	768	10.1		
Totali	7578	100.0		

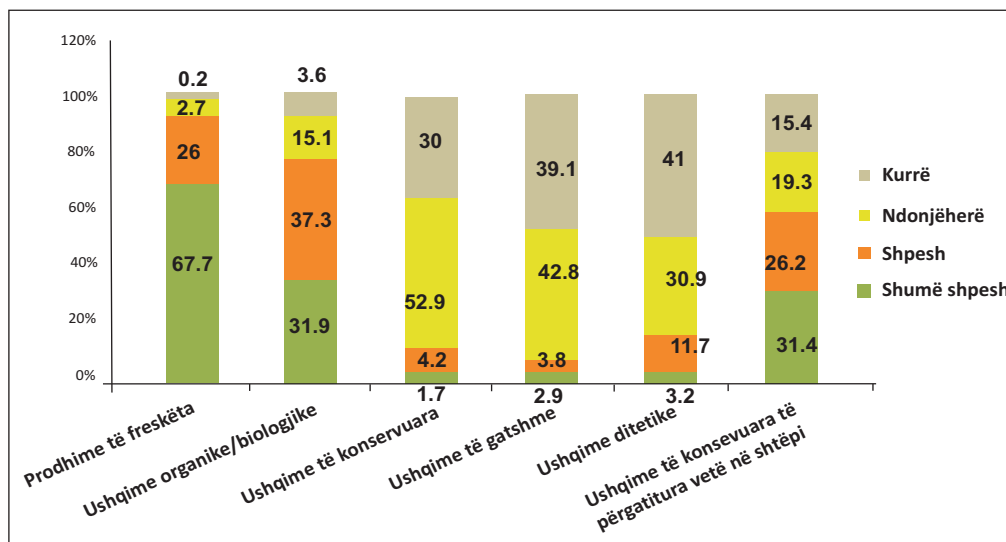
Tabela 39 liston faktorët të cilët, sipas prindërve, i ndalojnë familjet e tyre të hanë shëndetshëm aq sa ata dëshirojnë. Faktori më shpesh i përmendur është orari i çrregullt i punës ose i shkollës (37%), i ndjekur nga preferencat e ushqimit të familjes (20.8%) dhe çmimi i ushqimeve të shëndetshme (17.6%). Plot 38.5% e prindërve duket të jenë të kënaqur me mënyrën se si hahet në familjet e tyre, duke thënë se “Nuk kemi nevojë për ndryshim, pasi hamë shëndetshëm”.

Tabela 39. Faktorët që pengojnë ndryshimet e të ushqyerjes sipas prindërve

Këtu më poshtë janë listuar disa arsye që i pengojnë familjet të hanë aq shëndetshëm sa ato do të dëshironin. Ju lutem tregoni cila nga këto arsye është e vërtetë përfamiljen tuaj (n=6810)	E vërtetë (%)
Oraret e çrregullta të punës/orët e shkollës	37.0
Ushqimet e shëndetshme nuk janë të preferuarat tona në shije	5.2
Jeta është shumë e ngarkuar dhe ka shumë pak kohë për të gatuar	15.0
Preferenca e ushqimit/shija e familjes	20.8
Mos heqja dorë nga ushqimet e preferuara	15.1
Çmimi i lartë i ushqimeve të shëndetshme	17.6
Cilësia, ushqimet (e shëndetshme) prishen më shpejt	6.3
Specialistët i ndryshojnë shpesh këshillat për ushqyerjen e shëndetshme	4.1
Njohuritë e dobëta rreth ushqyerjes së shëndetshme	3.8
Vështirësi në gatim (nuk di të gatuj)	0.7
Kohë e gjatë e përgatitjes dhe gatimit	4.3
Nuk kemi nevojë për ndryshim, pasi hamë shëndetshëm	38.5

Pothuajse të gjithë prindërit (93.7%) thonë se përdorin produkte të freskëta “shumë shpesh ose shpesh”, dhe shumica (86.9%) përdorin rrallë ushqime të gatshme (“kurrë ose vetëm ndonjëherë”). Dy të tretat përdorin shpesh ushqime organike (69.2), dhe më shumë se gjysma përdorin shumë shpesh ose shpesh produkte të konservuara të përgatitura vetë në shtëpi (57.6%) (Figura 13).

Figura 13. Llojet e ushqimeve që përdorin familjes, sipas raportimit të prindërve



Shumica e familjeve thonë se nuk përballen me vështirësi ose pengesa për të ngrënë perime (78.2%) ose fruta (80.2%). Dy të tretat nuk raportojnë vështirësi për të ngrënë mish (65.3%), dhe pak më shumë se gjysma përballen me vështirësi në ngrënien e peshkut (58.4%). Megjithatë, pothuajse 20% thonë se çmimet e larta janë barriera për ta për të ngrënë mish apo peshk dhe 16.2% thonë se nuk hanë peshk shumë shpesh në shtëpi (Tabela 40).

Tabela 40. Vështirësitë dhe barrierat që lidhen me konsumimin e disa artikujve ushqimorë

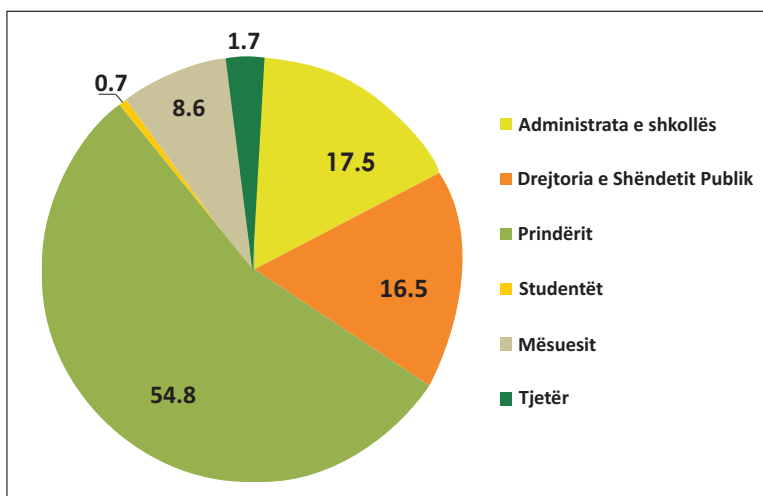
Ju lutem tregoni ndonjë vështirësi ose barrierë që nuk ju lejon ju të konsumoni artikujt ushqimor të mëposhtëm (në%):						
Ushqimet	Çmim i lartë	Ne nuk e pëlqejmë	Nevojitet shumë kohë për t'i gatuar	Ne nuk i kemi ato shpesh në shtëpi	Askush në familje nuk i ha	Asnjë vështirësi
Perime	9.5	2.6	2.4	6.7	1.0	78.2
Fruta	10.5	0.6	0.6	5.7	0.4	80.2
Mish	19.6	3.4	4.9	7.6	0.9	65.3
Peshk	18.3	3.7	4.1	16.2	2.0	58.4

Opinionet dhe pikëpamjet

Mësuesit u pyetën gjithashtu për faktorët që ndikojnë në zgjedhjen e ushqimit të shëndetshëm të fëmijëve që ndjekin shkollat e tyre.

Përsa i përket autoriteteve kryesore për nxitjen e zgjedhjes së ushqimit të shëndetshëm në shkolla, më shumë se një në dy mësues (55%) besojnë se përgjegjësia duhet të qëndrojë tek prindërit; (18%) e konsiderojnë administratën e shkollës si përgjegjës kryesor; (17%) Drejtoritë e Shëndetit Publik; dhe më pak se një në dhjetë mësues beson se një përgjegjësi e tillë duhet të qëndrojë mbi ato vetë (d.m.th. te mësuesit) [Figura 14].

Figura 14. Autoritetet kryesore për inkurajimin e zgjedhjeve të shëndetshme të ushqimit



Shumica e mësuesve (71.4%) besojnë se ata duhet të kenë një ndikim domethënës që të shërbejnë si një model për nxënësit e tyre në lidhje me sjelljet e shëndetshme, ndërsa një e katërta (23.6%) besojnë se ata duhet të kenë një ndikim të caktuar. Për më tepër, (58.8%) e mësuesve mendojnë se ata kanë ndikim të rëndësishëm si modele, dhe (32.5%) mendojnë se kanë ndikim të nxënësit e tyre. Lidhur me ndikimin e mësuesve në promovimin e sjelljeve të shëndetshme të të ngrënit të nxënësit e tyre, 54.0% mendojnë se ata kanë një ndikim të rëndësishëm dhe 37.3% mendojnë se ato kanë një ndikim të caktuar. Shumica e mësuesve (71.1%) gjithashtu mendojnë se prindërit ndikojnë për zhvillimin e sjelljeve të ushqyerjes së shëndetshme të fëmijëve të tyre (të dhënat nuk paraqiten).

Pothuajse të gjithë mësuesit (99.1%) pajtohen fuqimisht se ushqyerja dhe ushqimi i shëndetshëm kanë ndikim në aftësinë e fëmijëve për të mësuar dhe performancën e tyre në shkollë (Tabela 41). Shumica e mësuesve mendojnë se ata kanë përgjegjësinë të modelojnë zakonet e shëndetshme të ngrënies për nxënësit në klasën e tyre (82.5%), por gjithashtu modelojnë zakonet e shëndetshme të ngrënies për nxënësit e tyre (85.9%).

Shumica e mësuesve (81.3%) gjithashtu janë dakord ose shumë dakord që ata mund të

ndikojnë në zgjedhjen e nxënësve të tyre lidhur me ushqimet që hanë në klasën e tyre, por vetëm 62.4% e mësuesve janë dakord ose shumë dakord se ato aktualisht kanë ndikim në zgjedhjet e ushqimeve mes vakteve të nxënësve.

Një e treta (35.6%) e mësuesve nuk janë dakord ose aspak dakord që ata janë në gjendje të marrin përgjegjësinë për krijimin e një mjedisi të shëndetshëm ushqimor në shkollë; 33.1% e mësimeve nuk janë dakord ose aspak dakord që ata kanë autoritetin për të ofruar të dhëna në lidhje me mjedisin e tyre ushqimor të shkollës; dhe 28.4% e mësuesve nuk janë dakord ose aspak dakord që nxënësit imitojnë ngrënien e mësuesve të tyre dhe personave të tjerë rreth tyre (Tabela 41).

Tabela 41. Qëndrimet e mësuesve ndaj zgjedhjeve ushqimore të nxënësve të tyre

Ju lutem tregoni sa jeni dakort ose jo me secilin nga pohimet e mëposhtme:	Aspak dakort	Nuk jam dakort	Dakort	Shumë dakort	Nuk e di	Totali
Ushqyerja dhe ngrënia e shëndetshme kanë ndikim mbi aftësinë e fëmijëve për të mësuar dhe për të arritur rezultate në shkollë	1 0.3%	1 0.3%	72 23.3%	234 75.7%	1 0.3%	309 100%
Unë e ndjej që ushqimi/pijet e konsumuara në klasë kanë ndikim në zgjedhjet e ushqimeve të nxënësve.	2 0.7%	27 9.0%	153 51.2%	91 30.4%	26 8.7%	299 100%
Unë mund të ndikoj në zgjedhjet e ushqimeve që iu lejohe nxënësve për konsum në klasën time	7 2.3%	38 12.5%	158 52%	89 29.3%	12 3.9%	304 100%
Unë ndikoj në zgjedhjen e ushqimeve snack që që iu lejohe nxënësve për konsum në klasën time.	28 9.6%	59 20.1%	124 42.3%	59 20.1%	23 7.8%	293 100%
Unë kam autoritetin për të siguruar të dhëna përpara i përket mjedisit të ushqyerjes në shkollë.	38 12.7%	61 20.4%	104 34.8%	43 14.4%	53 17.7%	299 100%
Unë kam autoritetin për të ndikuar në mjedisin shkollor të ushqyerjes për klasën time.	28 9.3%	55 18.2%	130 43%	56 18.5%	33 10.9%	302 100%
Unë jam në gjendje të marr përgjegjësinë për të krijuar një mjedis të shëndetshëm të të ushqyerit në shkollë.	50 16.4%	59 19.4%	106 34.9%	35 11.5%	54 17.8%	304 100%
Unë kam ndikim në krijimin e një mjedisi të shëndetshëm të të ushqyerit në shkollën time.	27 8.9%	44 14.6%	128 42.4%	48 15.9%	55 18.2%	302 100%
Fëmijët imitojnë ngrënien time dhe atë të atyre që kanë përreth.	33 11%	52 17.4%	117 39.1%	50 16.7%	47 15.7%	299 100%
Unë kam përgjegjësinë për të krijuar shembuj zakonesh, zakone të shëndetshme të të ushqyerit për nxënësit e klasës time.	11 3.6%	28 9.2%	150 49.3%	101 33.2%	14 4.6%	304 100%
Unë krijoj shembuj zakonesh të shëndetshme të të ushqyerit për nxënësit e klasës time	5 1.6%	19 6.2%	153 49.2%	112 36.7%	16 5.2%	305 100%

d. Aktiviteti fizik

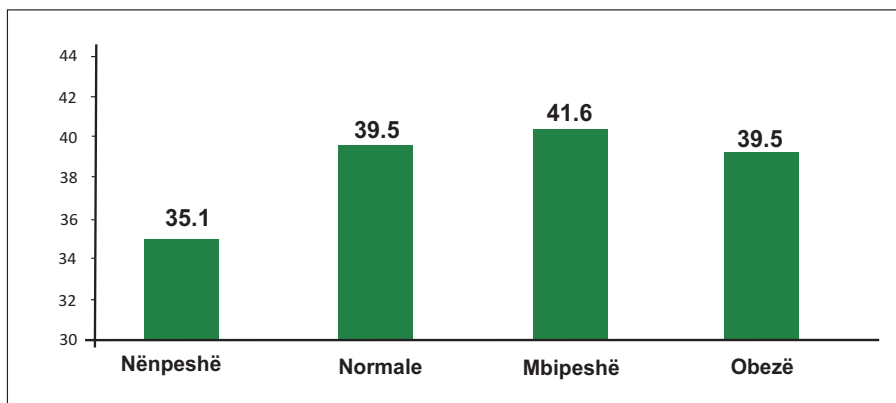
- Fëmijët

Pothuajse të gjithë fëmijët (93.4%) thonë se duan të marrin pjesë në aktivitete sportive si dhe të jenë aktivë. Por, sipas prindërve të tyre, vetëm 40% e fëmijëve ndjekin klube sportive

ose klube kërcimi, pa dallim të rëndësishëm lidhur me vendbanimin (zona urbane kundrejt rurale) ose llojin e shkollës (shkolla publike vs. shkolla private) [të dhënat nuk paraqiten] .

Fëmijët mbipeshë marrin pjesë më shumë në klube sportive dhe kërcimi se grupet e tjera të fëmijëve (41.6%), ndërsa fëmijët e dobët (nëneshë) kanë më pak gjasa të ndjekin këto klube (35.1%) [Figura 15].

Figura 15. Shpërndarja e fëmijëve (në përqindje) sipas frekuentimit të klubeve të sportit/ kërcimit dhe TMT-së (raportimi i prindërve)



- Prindërit

Midis atyre fëmijëve që ndjekin klube sporti ose kërcimi, pak më pak se gjysma (47.9%) shpenzojnë 1-3 orë në javë (duke përfshirë edhe fundjavën) që merren me sport, kërcim ose aktivitete të tjera fizike dhe rreth një e treta (30.9%) shpenzojnë 4-6 orë në javë; 5.3% e fëmijëve që ndjekin këto klube shpenzojnë 7 orë në javë dhe 12.9% kalojnë 8 ose më shumë orë në javë në këto aktivitete (Tabela 42)..

Tabela 42. Orët e shpenzuara gjatë javës për sporte dhe aktivitete fizike sipas raportimit të prindërve

Gjatë një jave (përfshirë edhe fundjavën), sa orë shpenzon fëmija juaj me këto aktivitete fizike ose klube sporti/ kërcimi?					
	Numër	Përqindje	Përqindje e vlefshme	Përqindje kumulative	
Asnjë	33	.4	1.2	1.2	
1 orë/javë	292	3.9	10.6	11.8	
2 orë/javë	498	6.6	18.1	29.9	
3 orë/javë	527	7.0	19.2	49.1	
4 orë/javë	325	4.3	11.8	61.0	
5 orë/javë	269	3.5	9.8	70.7	
6 orë/javë	256	3.4	9.3	80.1	
7 orë/javë	146	1.9	5.3	85.4	
8 orë/javë	91	1.2	3.3	88.7	
9 orë/javë	69	.9	2.5	91.2	
10 orë/javë	87	1.1	3.2	94.4	
11 orë/javë	102	1.3	3.7	98.1	
Përgjigje e paplotë	53	.7	1.9	100.0	
Total	2748	36.3	100.0		

Prindërit raportojnë se fëmijët janë më aktivë gjatë fundjavave sesa gjatë javës. Gjatë ditëve të javës, në kohën e lirë, rreth 20% e fëmijëve nuk luajnë ose luajnë më pak se 1 orë në ditë në mënyrë energjike, krahasuar me vetëm 7% gjatë fundjavave. Për më tepër, përqindja e fëmijëve që luajnë të paktën 3 orë është rreth 36% gjatë fundjavës, krahasuar me vetëm 9% gjatë ditëve të javës (Tabela 43).

Tabela 43. Orët që fëmijët shpenzojnë duke luajtur në mënyrë aktive/energji gjatë ditëve të javës dhe fundjavës

Në kohën e saj/tij të lirë, sa orë luan fëmija juaj në një mënyrë aktive/energji?	Ditët e javës		Ditët e fundjavës	
	Numër	Përqindje e vlefshme	Numër	Përqindje e vlefshme
Kurrë	75	2.7	26	.9
Më pak se një orë/ditë	465	16.9	175	6.4
Rreth 1 orë /ditë	1109	40.4	457	16.6
Rreth 2 orë /ditë	736	26.8	876	31.9
Rreth 3 ose më shumë orë /ditë	248	9.0	981	35.7
Përgjigje e paplotë	115	4.2	233	8.5
Nëntotali	2748	100.0	2748	100.0
Mungojnë të dhënat	4830		4830	
Totali	7578		7578	

- *Mësuesit*

Pothuajse të gjithë mësuesit (95%) raportojnë se klasa e tyre ka të paktën tre orë stërvitje fizike në javë. Nga ata mësues, klasa e të cilëve nuk e plotëson këtë rregullore, 11 janë nga shkollat publike dhe 3 janë nga shkollat private.

Dhjetë janë në zonat urbane dhe katër në zonat rurale. Të gjithë këta mësues janë në klasa fillore (shtatë arsimtarë në klasën e parë dhe po aq në klasën e katërt).

Arsyet kryesore që ata citojnë për mos kryerjen tërësisht të numrit të kërkuar të orëve të stërvitjes fizike janë kushtet atmosferike / vetëm hapësirë në natyrë (45%); hapësira e papërshtatshme e palestrës (jo e sigurtë, asnjë pajisje, etj.) (45%); ose mungesa e hapësirës së palestrës / hapësirës së pamjaftueshme të palestrës (38.1%) [të dhënat nuk paraqiten].

- *Drejtorët e shkollave*

Me vetëm një përjashtim, pothuajse të gjithë drejtorët e shkollave (97.3%) raportojnë se klasat në shkollën e tyre kanë të paktën tre orë stërvitje fizike një javë. Një drejtor në një shkollë publike në një zonë rurale pranon se në shkollën e tij vetëm rreth gjysma e klasave kryejnë të paktën 3 orë stërvitje fizike në javë, duke vënë në dukje se mungesa e hapësirës dhe kushtet e këqija të motit janë arsyet kryesore për klasat e tjera që nuk kryejnë numrin e kërkuar të orëve të aktivitetit fizik (të dhënat nuk paraqiten).

Drejtorët e shkollave gjithashtu raportojnë se përveç klasave të stërvitjes fizike, nxënësit janë të angazhuar edhe në aktivitete të tjera fizike, duke përfshirë sportet, në shkollat e tyre përkatëse (Tabela 44). Vendet më të zakonshme për këto aktivitete janë oborri shkollor (87.5%), terrenet e hapura ose hapësirat e hapura (56%), hapësira e palestrës (53%), ose në klasë (15.6%) [të dhënat nuk paraqiten].

Tabela 44. Përfshirja në aktivitete të tjera fizike ose sportive në shkollë

Përveç orëve të fiskulturës, a përfshihen nxënësit në aktivitete të tjera fizike ose sportive në shkollë?	Po [n (%)]	Jo [n (%)]
Jo (shkoni në pyetjen 16)	5 (13.5)	32 (86.5)
Po, gjatë orëve të mësimi	14 (37.8)	23 (62.2)
Po, gjatë pushimit mes orëve	10 (27)	27 (73)
Po, kur arrijnë në shkollë	5 (13.5)	32 (86.5)
Po, pasdite	20 (54.1)	17 (45.9)
Tjetër_____	6 (16.2)	31 (83.8)

Sipas raportimeve të drejtorëve, ekziston një program i strukturuar dhe efektiv i mësimdhënies së aktivitetit fizik (kurrikula shkollore) në 30 shkolla (81%). Mësimdhënësit janë trajnuar për këtë plan-program dhe aftësitë fizike të fëmijëve vlerësohen në 22 shkolla (60%). Vetëm 2 nga 37 shkolla punësojnë ekspertë të jashtëm për këtë lëndë (disiplinë) [Tabela 45].

Tabela 45. Disa aspekte tjera lidhur me përfshirjen në aktivitete të tjera fizike ose sportive në shkollë

Cili nga pohimet më poshtë përshkruan aktivitetin fizik që kryhet në shkollën tuaj:	Po [n (%)]	Jo [n (%)]	Pa përgjigje [n (%)]
Ka një program mësimor (curricul) të strukturuar dhe efektiv	30 (81.1)	6 (16.2)	1 (2.7)
Mësuesit janë trajnuar për këtë program mësimor	22 (59.5)	14 (37.8)	1 (2.7)
Kemi punësuar ekspertët e jashtëm	2 (5.4)	34 (91.9)	1 (2.7)
Vlerësohen aftësitë fizike të fëmijëve	14 (37.8)	22 (59.5)	1 (2.7)
Në shkollën tonë nuk ka një kurrikul të strukturuar mbi aktivitetin fizik	2 (5.4)	34 (91.9)	1 (2.7)

e. Larja e duarve dhe higjiena orale

- Fëmijët

Një në dhjetë fëmijë nuk i lajnë duart para se të hanë, pas përdorimit të tualetit dhe nuk përdorin sapun kur i lajnë duart; një në shtatë fëmijë nuk i lajnë duart pas ngrënies; dhe një në pesë fëmijë nuk i lajnë duart pasi kanë luajtur lojëra të ndryshme (të dhënat nuk paraqiten).

Ekziston një tendencë e praktikave më të mira higjienike në mesin e fëmijëve në klasën e 8-të në krahasim me homologët e tyre në klasën e 4-të (Tabela 46).

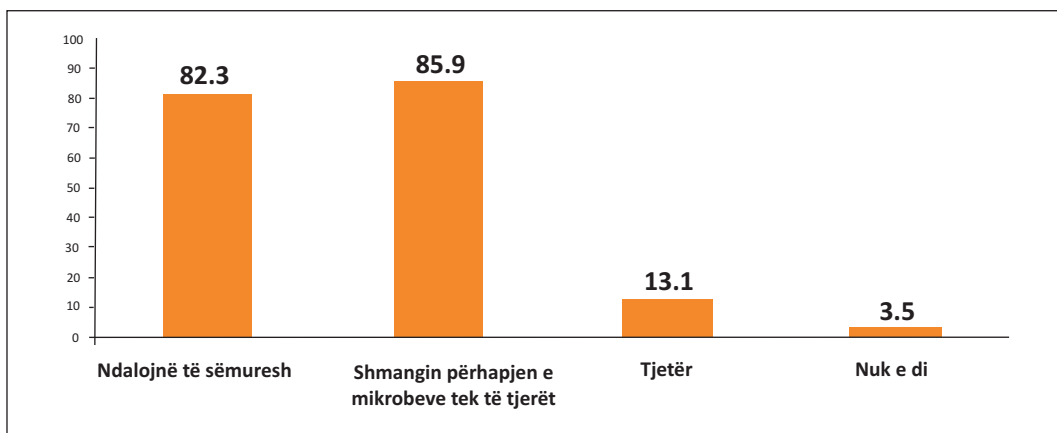
Gjithashtu, praktika më të mira higjienike janë më të dukshme tek vajzat krahasuar me djemtë dhe fëmijët në shkollat publike krahasuar me ato të shkollave private, për të gjitha pyetjet në lidhje me praktikën e larjes së duarve (të dhënat nuk paraqiten).

Tabela 46. Larja e duarve të fëmijët, sipas klasave

A i lani duart (n=4991):	Klasa	Gjithmonë (%)	Ndonjëherë (%)	Asnjëherë (%)
Para se të hash?	Klasa 4	89.5	9.5	1.0
	Klasa 8	90.8	9.0	0.2
Pas ngrënies?	Klasa 4	84.5	12.1	3.5
	Klasa 8	88.1	11.1	0.7
Pas përdorimit të tualetit?	Klasa 4	85.9	11.1	3.0
	Klasa 8	95.2	4.2	0.6
Pasi ke luajtur?	Klasa 4	81.4	14.8	3.8
	Klasa 8	82.0	16.8	1.2
A përdor sapun ndërsa lani duart tuaja?	Klasa 4	90.1	7.9	2.1
	Klasa 8	92.6	6.6	0.8

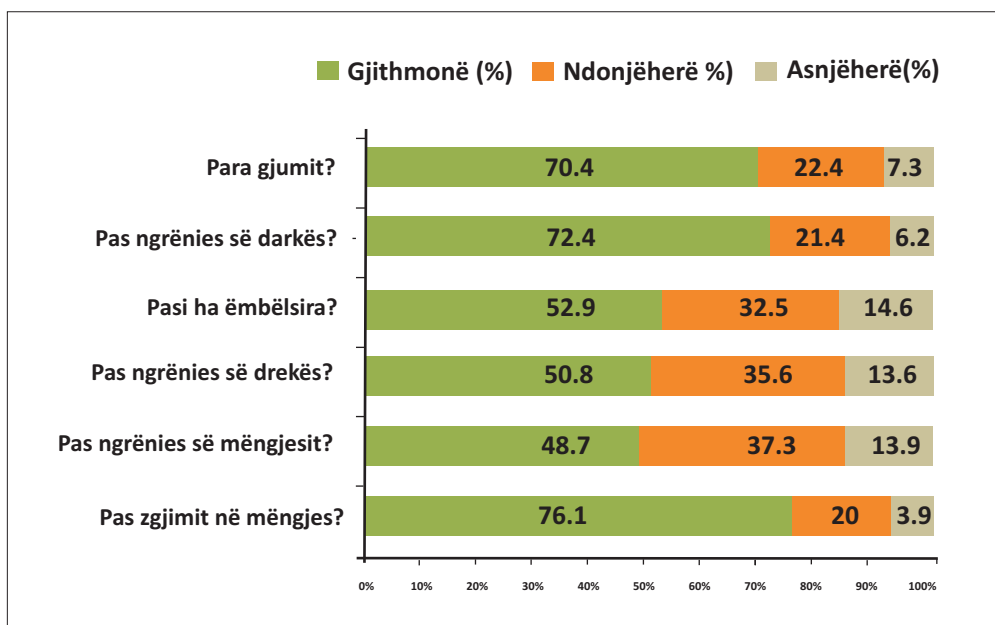
Një në gjashtë fëmijë nuk e di ose nuk mendon se është e rëndësishme larja e duarve; për më tepër, 82% e fëmijëve nuk mendojnë se pastrimi i duarve parandalon shfaqjen e sëmundjeve të ndryshme, dhe 86% e fëmijëve nuk mendojnë se larja e duarve shpërndarjen e mikrobeve tek të tjerët (Figura 16).

Figura 16. Shpërndarja e fëmijëve (në përqindje) sipas arsyes se përse mendojnë që është rëndësishme larja e duarve



Shumica e fëmijëve të klasës së katërt dhe të 8-të i lajnë dhëmbët "gjithmonë" kur zgjohen në mëngjes (76%) dhe në mbrëmje pas darkës (72%) [Figura 17].

Figura 17. Shpërndarja e fëmijëve (në përqindje) sipas kohës së larjes së dhëmbëve



Megjithatë, fëmijët në klasën e 4-të duket se kujdesen më shumë për dhëmbët e tyre krahasuar me ata që ndjekin klasën e 8-të, siç tregohet nga praktikatat e larjes së dhëmbëve në kohë të tjera të ditës dhe pas ngrënies apo ushqimeve të tjera (Tabela 47). Një gjetje e ngjashme ishte e dukshme për vajzat, krahasuar me djemtë (nuk paraqiten).

Tabela 47. Larja e dhëmbëve nga fëmijët, sipas klasës

A i lani dhëmbët:	Klasa	Gjithmonë (%)	Ndonjëherë (%)	Asnjëherë (%)
Pas zgjimit në mëngjes?	Klasa 4	76.1	19.3	4.6
	Klasa 8	76.2	20.6	3.3
Pas ngrënies së mëngjesit?	Klasa 4	59.8	28.7	11.5
	Klasa 8	38.6	45.2	16.2
Pas ngrënies së drekës?	Klasa 4	60.8	27.6	11.6
	Klasa 8	41.6	42.9	15.5
Pasi ha ëmbëlsira?	Klasa 4	66.3	23.2	10.5
	Klasa 8	40.8	41.0	18.2
Pas ngrënies së darkës?	Klasa 4	73.9	20.3	5.8
	Klasa 8	71.1	22.4	6.5
Para gjumit?	Klasa 4	72.7	19.8	7.4
	Klasa 8	68.2	27.7	7.1

Shumica e fëmijëve përdorin pastë dhëmbësh për larjen e dhëmbëve (89%); disa (6%) përdorin fillin inter-dental, ose stikadentët (2%). Koha mesatare e pastrimit të dhëmbëve është më shumë se një minutë për 63% të fëmijëve, ose më shumë se dy minuta në 45% të fëmijëve. Anasjelltas, një në dhjetë fëmijë lajnë dhëmbët për më pak se një minutë (të dhënat nuk paraqiten).

Ushqimi, mjediset dhe pajisjet në shkolla

f. Vaktet ushqimore në shkolla

- Prindërit

Shumë pak prindër (4.6%) konfirmojnë që fëmijët e tyre konsumojnë një ose ndonjë vakt të siguruar nga shkolla (të dhënat nuk paraqiten). Rreth 40% e prindërve tregojnë se janë të gatshëm të paguajnë për shkollën që ofrojnë ushqim për fëmijën / fëmijët e tyre. Nga ana tjetër, rreth 11% e prindërve nuk janë të gatshëm ta bëjnë këtë, për shkak të kufizimeve ekonomike, ndërsa rreth 38% e prindërve nuk janë të gatshëm të paguajnë sepse preferojnë që fëmijët e tyre të hanë ushqime në shtëpi (Tabela 48).

Tabela 48. Gatishmëria e prindërve për të siguruar vaktin e ushqimit në shkollë

A do të ishit të gatshëm të paguanit për të siguruar vaktin e ushqimit në shkollë për fëmijën/fëmijet tuaj?	Publike	Private	Urban	Rural	Totali
	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
Po	40.1	41.4	41.3	37.2	40.4
Jo, nuk mund ta përballoj ekonomikisht	11.4	11.2	10.6	13.9	11.4
Jo, preferoj që fëmija im të hajë ushqim të përgatitur në shtëpi	37.6	37.2	37.2	38.7	37.5
Nuk e di	8.3	7.5	8.5	7.0	8.1
Pa përgjigje	2.6	2.7	2.4	3.3	2.6
Totali	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

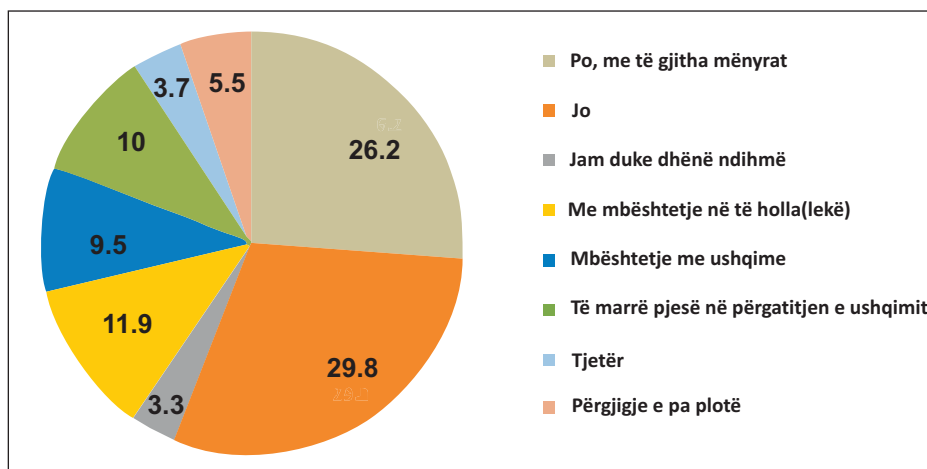
Shumica e prindërve (64.7%) janë të gatshëm të ndihmojnë shkollën e fëmijës së tyre duke ofruar ushqim ose “snack” në shkollë në mënyra të ndryshme. Më shumë se një në katër prindër (26.2%) raportojnë se janë të gatshëm në të gjitha mënyrat për të ndihmuar dhe mbështetur shkollën e fëmijëve të tyre për të siguruar ushqime, 3.3% thonë se janë të gatshëm të kontribuojnë dhe tashmë e bëjnë këtë, 11.9% thonë se janë të gatshëm për të dhënë një kontribut financiar.

Gjithashtu, 3.7% e prindërve janë të gatshëm të mbështesin në mënyra të ndryshme, por vetëm nëse “ushqimi është organik (bio)”, “ushqimi është i sigurtë dhe i kontrolluar”, ose “prindërit kanë mundësinë të kontrollojnë cilësinë e ushqimit që u ofrohet fëmijëve të tyre”. Anasjelltas, 29.8% e prindërve nuk janë të gatshëm ta bëjnë këtë.

Shumë pak (3.3%) prindër kontribuojnë aktualisht, dhe 10% thonë se janë të gatshëm të ndihmojnë në përgatitjen e vakteve ose në shërbimin e ushqimeve shkollë (Figura 18).

Nuk ka dallime të rëndësishme ndërmjet zonave urbane dhe rurale dhe tipit të shkollës (shkolla private vs. shkolla publike).

Figura 18. Gatishmëria e prindërve për të ndihmuar shkollën e fëmijës për sigurimin e vakteve të ushqimit



g. Ushqimet disponibël në shkollë (mensë/lokal/dyqane/shitës ambulantë)

- Drejtorët e shkollave

Tabela 49 paraqet mjediset dhe pajisjet e disponueshme në shkolla sipas drejtuesve të shkollave. Një në dhjetë shkolla (10.8%) ka një kuzhinë të pajisur pjesërisht; 13.5% e shkollave kanë një kuzhinë të pajisur plotësisht; një në katër shkolla ka kafene ose një zonë (hapësirë) të caktuar ku mund të hahet. Më pak se gjysma e shkollave kanë ujë të pijshëm falas (48.6%). Shkollat private janë më të pajisura, ndërsa shkollat më të privuara në aspektin e hapësirës dhe pajisjeve u gjenden në zonat rurale, sipas drejtuesve të shkollave (Tabela 49).

Tabela 49. Mjediset/pajisjet e disponueshme në shkollë, sipas raportimit të drejtuesve të shkollave

Cilat nga këto mjedise/pajisje janë të disponueshme në shkollën tuaj:	Po, e disponueshme [n (%)]				
	Publike	Private	Urban	Rural	Total
Kafene ose hapësirë e caktuar për ngrënie	1 (4.0)	9 (75.0)	9 (37.5)	1 (7.7)	10 (27)
Palestër	9 (36)	10 (83.3)	17 (70.8)	2 (15.4)	19 (51.4)
Shesh lojërash në natyrë ose hapësirë të hapur	15 (60)	10 (90.9)	16 (69.8)	9 (69.2)	25 (67.6)
Oborr shkolle	25 (100)	12 (100.0)	24 (100.0)	13 (100.0)	37 (100.0)
Hapësira apo toka për kopsht (bujqësor) shkolle	3 (12.0)	6 (50.0)	9 (37.5)	0 (0)	9 (24.3)
Ujë të pijshëm falas	9 (37.5)	9 (75.0)	15 (62.5)	3 (25.0)	18 (48.6)
Ujë të pastër për larjen e duarve	29 (92.0)	12 (100.0)	24 (100.0)	11 (84.6)	35 (94.6)
Tualete të përshtatshëm	17 (68)	12 (100)	19 (79.2)	10 (76.9)	29 (78.4)
Kuzhinë e pajisur plotësisht (mjedise për gatim, përgatitje dhe ftohje)	0 (0)	5 (45.5)	4 (17.4)	1 (7.7)	5 (13.5)
Kuzhinë e pajisur pjesërisht	0 (0)	4 (40)	4 (18.2)	0 (0)	4 (10.8)
Jo kuzhinë të mirëfilltë, por hapësirë për përgatitjen e ushqimit	1 (4.0)	0 (0)	1 (4.5)	0 (0)	1 (2.7)
Hapësirë ruajtjeje (magazinimi)	5 (20.0)	6 (50.0)	8 (33.3)	2 (23.1)	11 (29.7)

Tabela 50 paraqet llojet e ushqimeve dhe pijeve që fëmijët mund të gjejnë në mjediset e shkollës së tyre.

Tabela 50. Ushqimet dhe pijet që mund të gjenden në mjediset e shkollave

Ushqime ose pije	Pa pagesë [n (%)]	Me pagesë [n (%)]	Nuk ofrohet [n (%)]	Pa përgjigje [n (%)]
Ujë	12 (32.4)	5 (13.5)	13 (35.1)	7 (18.9)
Çaj	2 (5.4)	7 (18.9)	17 (45.9)	11 (29.7)
100% Lëng frutash pa sheqer	0 (0)	4 (10.8)	24 (64.9)	9 (24.3)
Lëngje frutash ose pije të tjera të pa gazuara që përmbajnë sheqer të shtuar	1 (2.7)	8 (21.6)	18 (48.6)	10 (27)
Pije të gazuara që përmbajnë sheqer të shtuar	1 (2.7)	11 (29.7)	16 (43.2)	9 (24.3)
Qumësht i aromatizuar me sheqer të shtuar	0 (0)	1 (2.7)	26 (70.3)	10 (27)
Pije të ngrohta (kakao, çaj, qumësht)	0 (0)	4 (10.8)	23 (62.2)	10 (27)
Qumësht, kos, dhallë	0 (0)	4 (10.8)	23 (62.2)	10 (27)
Pije energjike	0 (0)	4 (10.8)	22 (59.5)	11 (29.7)
Fruta të freskëta	1 (2.7)	2 (5.4)	21 (56.8)	13 (35.1)
Perime	1 (2.7)	3 (8.1)	20 (54.1)	13 (35.1)
Çokollata, karamele, kek, biskota ose pasta	1 (2.7)	7 (18.9)	18 (48.6)	26 (70.3)
Akullore	0 (0)	2 (5.4)	22 (59.5)	13 (35.1)
Patatina, chips, popcorn, kikirikë, biskota dhe produkte tjera të kripura	0 (0)	8 (21.6)	18 (48.6)	11 (29.7)

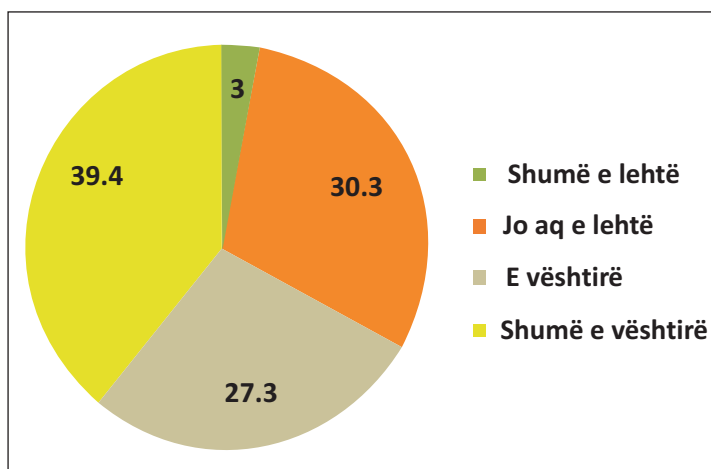
Vetëm 4 nga 37 shkolla (10.8%) kanë një mensë. Këto shkolla janë të gjitha private (një në zonat rurale dhe tre në zonat urbane). Fëmijët në këto shkolla hanë në mensa pesë ditë në javë. Numri i nxënësve që hanë mëngjes në mensat shkollore në bazë ditore është i ndryshëm në secilën prej këtyre shkollave (25%, 50%, 75% dhe 100%).

Menuja përgatitet kryesisht nga stafi i mensave (në tri shkolla), kompanitë e kontraktuara (në dy shkolla), ose dietologu i kontraktuar (në një shkollë). Në një nga shkollat, katering u përdoret si metodë kryesore e ofrimit të ushqimit, ndërsa në tre shkollat e tjera kuzhina e mensës përdoret për këtë qëllim.

Prindërit janë të përfshirë në përgatitjen e ngrënies në tre shkolla (në një shkollë që përfshin edhe kontributin financiar të prindërve) [të dhënat nuk paraqiten].

Në shkollat që nuk kanë një restorant, dy të tretat (66.7%) e drejtorëve të tyre deklarojnë se është e vështirë ose shumë e vështirë për shkollat e tyre që të kenë një restorant. Vetëm një drejtor (3%) mendon se është e lehtë të krijohet një mensë (Figura 19).

Figura 19. Sa e lehtë apo e vështirë do të ishte që shkolla juaj të krijonte një mensë?



Ndër vështirësitë me të cilat ballafaqohen për krijimin e një mense, drejtorët listojnë: gjendjen ekonomike të familjeve të nxënësve, mungesën e kushteve bazë higjieno-sanitare, një numër të madh nxënësish (mbi 1,200 nxënës), turnet shkollore dhe mungesën e një hapësirë të lirë në mjediset e shkollës.

Përveç mensës, vetëm në tri shkolla private ka dëshmi të zbatimit të programeve që ofrojnë një vakt (ose “snack”) për nxënësit (një vakt / “snack” gjatë ditës dhe një vakt / “snack” pasdite) [nuk paraqitet].

Drejtuesit janë skeptikë për ofrimin e ushqimeve të tilla, të ngjashme me çështjen e lartpërmendur të mensës. Prandaj, rreth dy të tretat (63.4%) e drejtorëve raportojnë se do të ishte e vështirë ose shumë e vështirë të ofrohej ushqim i tillë në shkollë dhe vetëm 6.7% besojnë se do të ishte e lehtë për ta bërë këtë (Tabela 51).

Tabela 51. Lehtësia ose vështirësia e sigurimit të vakteve të shëndetshme në shkollë – sipas drejtuesve të shkollave

Sa e lehtë apo e vështirë do të ishte sigurimi i një vakti të shëndetshëm ushqimor në shkollën tuaj?	Tipi i shkollës [n (%)]			Vendndodhja [n (%)]		
	Publike	Private	Total	Urban	Rural	Total
Shumë e lehtë	2 (9.1)	0 (.0)	2 (6.7)	2 (10.5)	0 (.0)	2 (6.7)
Jo aq e lehtë	7 (31.8)	2 (25.0)	9 (30.0)	5 (26.3)	4 (36.4)	9 (30.0)
E vështirë	3 (13.6)	5 (65.2)	8 (26.7)	7 (36.8)	1 (9.1)	8 (26.7)
Shumë e vështirë	10 (45.5)	1 (12.5)	11 (36.7)	5 (26.3)	6 (54.5)	11 (36.7)
Totali	22 (100.0)	8 (100.0)	30 (100.0)	19 (100.0)	11 (100.0)	30 (100.0)

Vështirësitë në dhënien e këtyre ushqimeve / “snacks” janë të ngjashme me ato për ngritjen e një mense në ambientet e shkollës. Përveç kësaj, disa nga faktorët e tjerë që e bëjnë të vështirë të ofrojnë ushqim / “snacks” të përmendura nga drejtorët e shkollave përfshijnë mungesën e një restoranti në mjediset e shkollës, ose përgjegjësinë e madhe të përfshirë në ofrimin e vakteve / “snacks” në shkollë, duke pasur parasysh situatën aktuale dhe

infrastrukturën e shkollave në Shqipëri.

Shumica e shkollave kanë një njësi shitëse ushqimore, siç janë dyqanet, lokalet ose makinat shitëse në afërsi të tyre, të cilat mund të përdoren nga të rriturit dhe fëmijët (28 ose 75.7% të shkollave), ose vetëm nga të rriturit (5 ose 13.5% të shkollave). Në të kundërt, (4 ose 10.8%) e shkollave nuk kanë shitës ose njësi ushqimore në mjedisin e tyre (të dhënat nuk paraqiten).

Ushqimet e ofruara më së shpeshti nga këto njësi shitjeje janë karamelat, patatinat, çokollatat ose kikirikët (81%); byrekët, picat, ose sanduiçet (78.4%); pijet e ëmbla ose të gazuara (73%); por, shumë pak ofrojnë fruta të freskëta (21.6%) [Tabela 52].

Tabela 52. Disponueshmëria e njësive/pikave tregëtare ushqimore përreth shkollës

A ka ndonjë njësi/pikë tregëtare ushqimore (dyqan, kafene, makineta) përreth shkollës suaj?	Numër	Përqindje	Përqindje kumulative
Po, vetëm për të rritur	5	13,5	13,5
Po, për të rritur dhe fëmijë	28	75,7	89,2
Jo (shkoni tek pyetja 29)	4	10,8	100,0
Total	37	100,0	

Përveç pranisë së shitësve ambulantë, në pesë shkolla publike (dy në zonat urbane dhe tre në zonat rurale), drejtorët raportojnë se disa forma të reklamave ushqimore dhe pijeve janë të lejuara në shkollë përreth shkollës, duke përfshirë Coca-Cola, produkte sallami (kompania “Hako”), akullore “Algida”, dhe fast-food (të dhënat nuk paraqiten).

h. Mjediset mbështetëse për ushqyerjen dhe shëndetin (palestra, oborre, mjedisë ngrënieje, kuzhina, nyje higjieno-sanitare)

- Mësuesit

Sa i përket përshtatshmërisë së mjedisit dhe shërbimeve në mjediset e shkollës, më shumë se gjysma e mësuesve raportojnë se vetëm “disi të përshtatshme” ose “aspak të përshtatshme” janë objektet e mëposhtme në shkollën e tyre (Tabela 53): pajisjet e larjes së duarve (58.3%); objektet e tualeteve (57.4%); palestra (54.1%), hapësirë në natyrë ose shesh lojërash për aktivitete fizike dhe sportive (52.2%); dhe kafene ose hapësirë e caktuar për ngrënie (52.4%); 46.9% raportojnë se qasja ndaj ujit të pijshëm falas është disi ose aspak e përshtatshme. Dy të pestat thonë se edukimi shëndetësor dhe edukimi për ushqimin dhe ushqyerjen janë vetëm disi ose aspak të përshtatshëm.

Tabela 53. Përshtatshmëria e mjediseve dhe shërbimeve brenda shkollës, sipas opinionit të mësuesve

Sa të përshtatshme mendoni se janë, në shkollën tuaj, secili nga mjediset dhe shërbimet e mëposhtme?	Shumë e përshtatshme	Disi e përshtatshme	Aspak e përshtatshme	Nuk jam i/e sigurt	Totali
Mensa ose hapësira e krijuar për ngrënie	80 31.5%	49 19.3%	84 33.1%	41 16.1%	254 100%
Palestra	111 41.1%	75 27.8%	71 26.3%	13 4.8%	270 100%
Ambientet e jashtme ose fusha e lojës për aktivitet fizik dhe sporte	142 47.5%	131 43.8%	22 7.4%	4 1.3%	299 100%
Qasje për ujë të pijshëm pa pagesë	131 44.6%	65 22.1%	73 24.8%	25 8.5%	294 100%
Pajisjet dhe mjetet për larjen e duarve	118 39.1%	92 30.5%	84 27.8%	8 2.6%	302 100%
Higjenizimi i mjediseve /largimi i mbeturinave /mjedis i pastër në shkollë	178 57.8%	109 35.4%	18 5.8%	3 1.0%	308 100%
Pajisjet e tualetit	126 41.3%	111 36.4%	64 21.0%	4 1.3%	305 100%
Edukimi shëndetësor	173 58.2%	110 37%	10 3.4%	4 1.3%	297 100.0
Edukimi mbi ushqimin dhe ushqyerjen	174 58%	114 38%	5 1.7%	7 2.3%	300 100.0

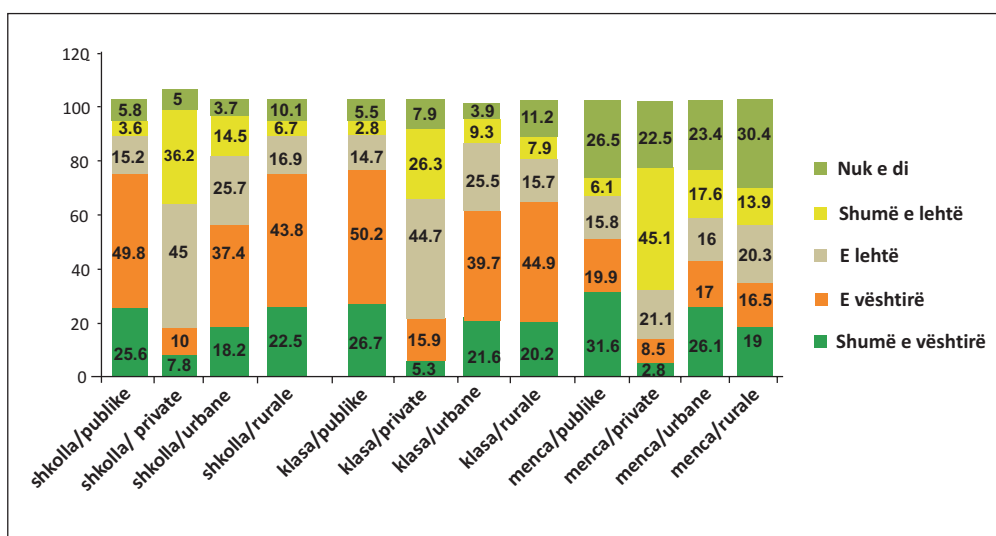
Hapësirat dhe shërbimet shumë të përshtatshme ishin dukshëm më të larta në shkollat private krahasuar me shkollat publike. Gjithashtu, hapësirat dhe shërbimet më të përshtatshme janë më të dukshme në shkollat në zonat urbane, krahasuar me shkollat në zonat rurale (Tabela 54).

Tabela 54. Mjediset dhe shërbimet brenda shkollës që janë në nivel shumë të përshtatshëm, sipas tipit të shkollës dhe vendndodhjes (opinionit i mësuesve)

Sa të përshtatshme mendoni se janë, në shkollën tuaj, secili nga mjediset dhe shërbimet e mëposhtme?	Shumë e përshtatshme				
	Publike	Private	Urban	Rural	Total
Mensa ose hapësira e krijuar për ngrënie	15.9	78	34.4	24.3	31.5
Palestra	26.2	77.2	44.3	31.1	41.1
Ambientet e jashtme ose fusha e lojës për aktivitet fizik dhe sporte	34.5	83.5	51.9	37.1	47.5
Qasje për ujë të pijshëm pa pagesë	29.4	85.0	46.6	39.8	44.6
Pajisjet dhe mjetet për larjen e duarve	19.5	90.2	43.7	26.4	39.1
Higjenizimi i mjediseve /largimi i mbeturinave /mjedis i pastër në shkollë	43.4	97.6	63.6	44.0	57.8
Pajisjet e tualetit	22.0	93.9	47.5	26.1	41.3
Edukimi shëndetësor	46.1	91.2	60.6	52.8	58.2
Edukimi mbi ushqimin dhe ushqyerjen	49.5	80.0	58.6	55.6	58.0

Mësuesit nga shkollat publike kanë mendime të ndryshme nga ato të shkollave private në lidhje me shkallën e vështirësisë për të siguruar një mjedis të shëndetshëm të ngrënies në mjediset e tyre shkollore përkatëse, në klasë ose në mensë. Mësuesit e shkollave private kanë më shumë gjasa se mësuesit e shkollave publike të kuptojnë se shkollat e tyre do ta kishin të lehtë për t'i ofruar këto kushte (Figura 20).

Figura 20. Sa e lehtë apo e vështirë do të ishte që shkolla juaj të krijonte një mensë?



i. Aktivitete të promovimit shëndetësor dhe dietat e shëndetshme

- Mësuesit

Në vitin e akademik aktual, shumë mësues konfirmojnë se iniciativa ose projekte për promovimin e të ushqyerit të shëndetshëm janë organizuar në klasat e tyre. Dy të tretat e mësuesve raportojnë se organizojnë aktivitete demonstruese për klasat e tyre dhe tre të pestat kanë pasur aktivitete që përfshijnë prindërit dhe familjet (respektivisht: 65.7% dhe 59.9%). Rreth gjysma kanë shpërndarë materiale informuese dhe kanë organizuar ekskursione, dhe rreth një e treta kanë organizuar takime ose bisedime me ekspertë të jashtëm. Rreth një e treta raportojnë gjithashtu se fruta dhe perime të freskëta janë shpërndarë në klasën e tyre. Këto iniciativa dhe projekte janë më të zakonshme në shkollat private dhe në zonat urbane (Tabela 55).

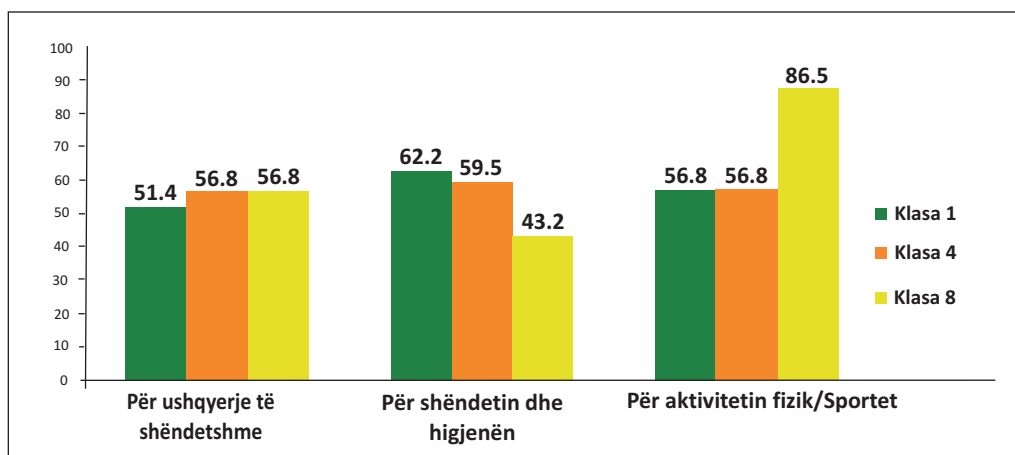
Tabela 55. Nismat/projektet për të promovuar ngrënien e shëndetshme të organizuar në klasa

Në këtë vit shkollor, a janë organizuar në klasën tuaj (ose do të organizohen) nisma/projekte për të promovuar ngrënien e shëndetshme (të mbështetur nga institucione ose organizata të ndryshme)?	Po [n(%)]				
	Publike	Private	Urban	Rural	Total
Shpërndarje frutash dhe perimesh	56 29.2	26 37.7	62 34.1	20 25.3	82 31.4
Shpërndarje e materialeve informative	99 50.5	48 60.8	105 55.6	42 48.8	147 53.5%
Mbledhje/biseda me ekspertë të jashtëm	49 27.5	29 40.3	61 35.3	17 22.1	78 31.2
Ekskursione	88 46.3	54 71.1	100 53.8	42 52.5	142 53.4
Aktivitete me prindërit dhe familjet	121 61.1	40 56.3	105 56.5	56 67.5	161 59.9
Aktivitete demonstruese	125 62.8	51 73.9	123 66.5	53 63.9	176 65.7
Tjetër	11 12.2	11 27.5	16 18.2	6 14.3	22 16.9

- *Drejtorët e shkollave*

Figura 21 paraqet shpërndarjen e aktiviteteve, iniciativave ose projekteve që janë organizuar ose do të organizohen, për të promovuar një mënyrë jetese të shëndetshme. Në klasat e para, fokusi është në aktivitetet që lidhen me shëndetin dhe higjienën (62.2%), ndërsa në klasat e teta fokusi është kryesisht në aktivitete fizike dhe sportive (86.5%). Rreth gjysma e drejtorëve të shkollave tregojnë se kanë projekte apo aktivitete të organizuara për ushqyerjen në mënyrë të barabartë të të tre klasat. Iniciativat për problemet shëndetësore dhe higjienike zakonisht bëhen në klasat më të ulëta, ndërsa aktivitetet sportive dhe fizike zakonisht organizohen për klasën e 8-të (Figura 21).

Figura 21. Aktivitet, iniciativat ose projektet që janë organizuar ose do të organizohen për të promovuar një mënyrë jetese të shëndetshme, sipas klasës (raportimi i drejtuesve)



Të gjithë drejtorët e shkollave nga shkollat publike në zonat rurale nuk e konsiderojnë këtë proces aspak të lehtë, siç paraqitet më poshtë në Tabelën 56.

Tabela 56. Lehtësia ose vështirësia e organizimit të këtyre aktiviteteve në shkollë

Tipi i shkollës dhe vendndodhja	Shumë e lehtë	Jo aq e lehtë	E vështirë	Shumë e vështirë	Totali
Publike	3 12.5%	18 75.0%	2 8.3%	1 4.2%	24 100.0%
Private	7 58.3%	5 41.7%	0 .0%	0 .0%	12 100.0%
Urban	10 41.7%	14 58.3%	0 .0%	0 0.0%	24 100.0%
Rural	0 .0%	9 75.0%	2 16.7%	1 8.3%	12 100.0%

Edukimi mbi ushqimin dhe ushqyerjen

j. Metodatat dhe qasjet ndaj edukimit mbi ushqimin dhe ushqyerjen

- Mësuesit

Pothuajse të gjithë mësuesit konfirmojnë se ofrojnë edukim mbi ushqimin dhe ushqyerjen në klasat e tyre (97.4%). Rreth gjysma thonë se kjo ofrohet nga mësuesit e tjerë në shkollën e tyre (47.9%), ndërsa një e treta thonë se profesionistët e shëndetësisë e bëjnë këtë (37.2%); vetëm një e pesta thotë se edukimi për ushqimin dhe ushqyerjen u ofrohet klasave të tyre nga mësuesit e specializuar (19.7%). Gati dy të tretat thonë se prindërit e japin këtë informacion në klasat e tyre (63.4%).

Megjithatë, ka njëfarë kontradikte në raportimin e mësuesve, kryesisht në shkollat publike dhe në shkollat në zonat rurale, ku pothuajse të gjithë mësuesit raportojnë se ofrojnë informacion lidhur me ushqimin tek nxënësit e tyre, ndërsa në të njëjtën kohë 6% e tyre raportojnë se asnjë edukim lidhur me ushqimin nuk ofrohet në klasat e tyre përkatëse (Tabela 57).

Tabela 57. Njohuri mbi ushqimin dhe ushqyerjen të ofruara në klasë (raportimi i mësuesve)

Njohuri mbi ushqimin dhe ushqyerjen, të ofruara nga:	Po (%)							
	Klasa 1	Klasa 4	Klasa 8	Publike	Private	Urban	Rural	Total
Ju	99.1	98.0	95.1	95.6	100	97.7	96.7	97.4
Mësues të tjerë në shkollën tuaj	32.1	36.6	75.5	42.7	62.2	48.9	45.6	47.9
Mësues të specializuar	10.4	15.8	33.3	17.6	25.6	21.0	16.7	19.7
Vullnetarë nga komuniteti	31.6	44.7	23.7	11.5	14.6	14.2	7.8	12.3
Prindër	63.2	72.3	54.9	62.1	67.1	64.4	61.1	63.4
Punonjës shëndeti	32.1	35.6	44.1	36.6	39.0	42.5	24.4	37.2
Staf i qeverisjes lokale	5.7	3.0	29.0	26.0	7.3	3.7	4.4	3.9
Staf i OJQ-ve	3.8	2.0	9.8	5.7	3.7	4.6	6.7	5.2
Tjetër	4.7	3.0	2.9	1.8	8.5	4.1	2.2	3.6
Nuk ofrohen njohuri mbi ushqimin dhe ushqyerjen	3.8	13.0	2.0	8.0	1.2	3.2	13.3	6.2

Shumica e mësuesve deklarojnë se njohuritë rreth të ushqyerit të shëndetshëm ofrohen në një mënyrë të integruar brenda programeve të mësimdhënies (76.5%); brenda një disipline të veçantë (specifike) (73.9%); nëpërmjet aktiviteteve ekstra-kurrikulare ose aktiviteteve të bazuara në projekte (71.6%), ose; përmes projekteve specifike, ngjarjeve ose prezantimeve/demonstrimeve të dedikuara (69.9%). Shumë pak (14.5%) thonë se edukimi për ushqimin dhe ushqyerjen ofrohet si një lëndë e veçantë (Tabela 58)..

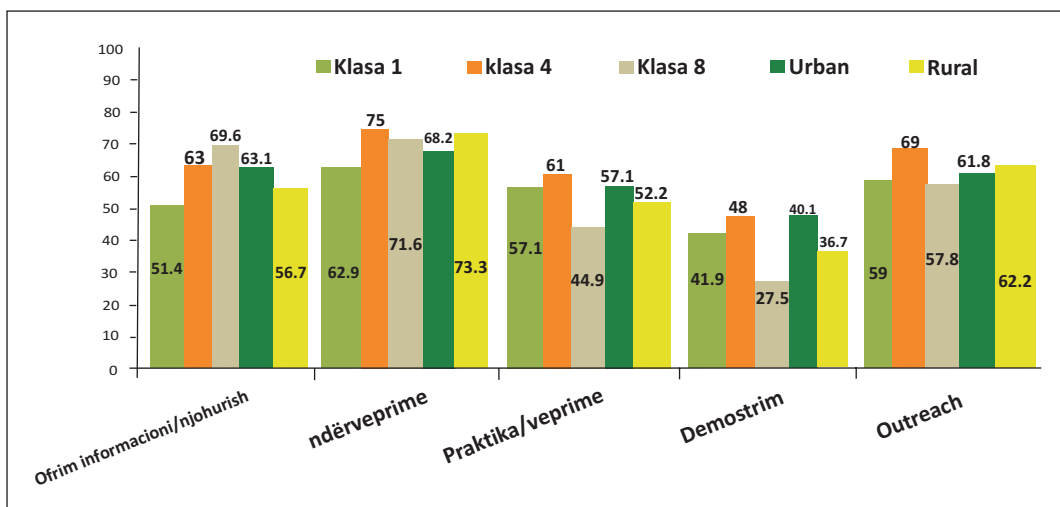
Tabela 58. Dhënia e njohurive mbi ushqimin dhe ushqyerjen në shkolla

Si sigurohet dhënia e njohurive mbi ushqimin dhe ushqyerjen për klasën tuaj?	Po [n(%)]			
	Klasa 1	Klasa 4	Klasa 8	Totali
Si një lëndë e vetme në kurrikul	13 21.1	17 16.8	15 14.7	45 14.5
E integruar përgjatë kurrikulës së shkollës	79 73.8	88 87.1	70 78.6	237 76.5
Brenda një lënde të veçantë (dituri natyre, biologji, aftësim teknologjik, etj.)	72 63.7	69 68.3	88 86.3	229 73.9
Përmes aktiviteteve ekstra kurrikulare ose aktiviteteve të bazuara në projekte (p.sh. klube, projekte)	73 68.2	75 74.3	74 72.5	222 71.6
Edukimi ofrohet gjatë kohës së ngrënies së vakteve ose zemrës.	51 47.7	41 40.6	7 6.9	99 31.9
Nëpërmjet kopshteve të shkollës si një vend ku mësohet	22 20.6	18 17.8	12 11.8	52 16.8
Nëpërmjet kopshteve të shkollës si një vend ku mësohet	31 21.0	33 37.2	19 18.6	83 26.8
Informacioni mbi ushqimin dhe ushqyerjen është i ekspozuar në ambjentet ku konsumohet ushqimi	16 15.0	16 15.8	11 10.8	43 13.9
Informacioni mbi ushqimin dhe ushqyerjen është i ekspozuar në ambjentet ku konsumohet ushqimi	11 10.3	12 11.9	12 11.8	35 11.3
Informacioni mbi ushqyerjen ofrohet gjatë vakteve të ngrënies ose ushqimeve të dhëna mes vakteve	23 21.5	17 16.8	8 7.8	48 15.5
Nëpërmjet projekteve, eventeve ose demonstrimeve të veçanta	62 57.9	75 75.0	79 77.5	216 69.9

Shpërndarja e qasjeve/metodave të të nxënit ishte si më poshtë: klasat interaktive (diskutimet në grupe, debatet, ndarja e përvojave, tregimet e jetës ose veprimi/luajtja e roleve): 69.7%; aktivitetet ekstra-shkollore (puna e shtëpisë, përfshirja e prindërve, puna “hulumtuese”, puna praktike në mjediset familjare: 61.95%, njohuritë dhe informacioni (leksionet, prezantimet, shpërndarja e materialeve informative): 61.2%. Klasat e katërta kishin një nivel më të lartë të praktikimit të këtyre metodave të të nxënit krahasuar me klasat e tjera.

Në mënyrë të ngjashme, këto metoda përdoren më shpesh në shkollat urbane sesa në shkollat rurale. Ndër klasat e teta, qasja e bazuar në njohuri dhe informacion ishte shumë më e zakonshme (69.6%) krahasuar me qasjet e tjera të të nxënit si demonstrime (27.5%) ose praktika e bazuar në veprim (44.9%) [Figura 22].

Figura 22. Qasjet/metodat kryesore lidhur me aktivitetet e edukimit mbi ushqimin dhe ushqyerjen



Barrierat më të shpeshta që mësuesit përballen për integrimin e të ushqyerit në mësimdhënien e tyre janë: mungesa e burimeve të mjaftueshme financiare (58.6%); mungesa e burimeve të kurrikulës mësimore (28%); mungesa e kohës (25.7%); dhe përgjegjësitë dhe detyrat e tjera që kanë gjatë orarit të punës (22.1%). Vërehet se, një numër shumë më i madh mësuesish në shkollat rurale përballen me vështirësi dhe sfida financiare, krahasuar me të gjitha kategoritë e tjera të shkollave (Tabela 59).

Barrierat e tjera të përmendura nga mësuesit përfshijnë: kulturën dhe njohuritë lidhur me këtë temë (të ushqyerit); mungesa e hapësirave; infrastruktura e papërshtatshme për gatim; kushtet e papërshtatshme higjienike në mjediset e shkollës; mungesa e gatishmërisë për t'i kushtuar vëmendje të ushqyerit.

Tabela 59. Pengesat që ekzistojnë për të bërë ushqyerjen pjesë të mësimave

Çfarë pengesash mendoni se ekzistojnë për të bërë ushqyerjen pjesë të mësimave?	Po (%)							
	Klasa 1	Klasa 4	Klasa 8	Publike	Private	Urban	Rural	Totali
Mungesa e burimeve kurrikulare	23.6	34.0	26.7	27.6	29.3	27.0	30.4	28%
Burime financiare jo të mjaftueshme	60.4	56.0	59.4	69.8	28.0	53.5	70.7	58.6%
Mungesë kohe	26.4	25.0	25.7	24.0	30.5	26.0	25.0	25.7%
Nuk përshtatet me kurrikulën	13.2	12.0	9.9	10.7	14.6	12.1	10.9	11.7%
Shumë përgjegjësi të tjera	17.9	16.0	32.7	23.6	18.3	22.3	21.7	22.1%
Nuk ekzistojnë vështirësi	18.1	22.0	16.8	15.1	29.6	23.4	8.7	19%

- Drejtorët e shkollave

Ka evidencë të një ndryshimi sinjifikativ mes mësuesve dhe drejtorëve lidhur me metodat / qasjet e përdorura për sigurimin e ushqimit dhe edukimit të ushqimit në shkolla (Tabela 60).

Tabela 60. Qasjet/metodat lidhur me ofrimin e edukimit mbi ushqimin dhe ushqyerjen në shkolla

Ju lutem tregoni nëse edukimi mbi ushqimin dhe të ushqyerit ofrohen në shkollën tuaj në cilëndo nga mënyrat e mëposhtme:	Mësuesit		Drejtuesit e shkollave		
	Po [n(%)]	Po [n(%)]	Jo [n(%)]	Ndryshon nga klasa (niveli) në klasë [n(%)]	Pa përgjigje [n(%)]
Si një lëndë e pavarur / e veçantë në kurikulum	45 (14.5)	1 (2.7)	33 (89.2)	1 (2.7)	2 (5.4)
E integruar në programin (curriculën) e shkollës	237 (76.5)	29 (78.4)	5 (13.5)	2 (5.4)	1 (2.7)
Brenda një lënde specifike (shëndeti, biologjia, ekonomia shtëpiake, bujqësia)	229 (73.9)	31 (83.8)	2 (5.4)	4 (10.8)	0 (0)
Përmes aktiviteteve jashtëshkollore ose të bazuara në projekte (p.sh. klubet, projekte)	222 (71.6)	32 (86.5)	4 (10.8)	1 (2.7)	0 (0)
Edukimi ofrohet gjatë kohës së ngrënies ose ushqimit	99 (31.9)	5 (13.5)	29 (78.4)	2 (5.4)	1 (2.7)
Përmes kopshteve (bujqësore) në shkollë si një vend për mësim	52 (16.8)	3 (8.1)	33 (89.2)	1 (2.7)	0 (0)
Informacioni mbi ushqimin dhe të ushqyerit është i afishuar në zonën e ngrënies	43 (13.9)	6 (16.2)	27 (73.0)	2 (5.4)	2 (5.4)
Informacioni mbi ushqimin dhe të ushqyerit shfaqet në mjedise të përbashkëta të shkollës	35 (11.3)	15 (40.5)	19 (51.4)	2 (5.4)	1 (2.7)
Informacioni mbi vlerat ushqimore të ushqimeve ofrohen bashkë me ushqimet e shërbyera në shkollë.	48 (15.5)	5 (13.5)	29 (78.4)	1 (2.7)	2 (5.4)
Përmes projekteve të veçanta, apo aktiviteteve ose demonstrimeve	216 (69.9)	27 (73)	9 (24.3)	1 (2.7)	0 (0)
Për stafin që përgatit ushqimet	N/A	6 (16.2)	28 (75.7)	0 (0)	3 (8.1)
Për mësuesit	N/A	8 (21.6)	26 (70.3)	1 (2.7)	2 (5.4)

Gjithashtu, drejtorët kanë mendime të ndryshme në krahasim me mësuesit rreth asaj se kush ofron edukim për ushqyerjen në shkollat e tyre përkatëse. Kështu, drejtorët e shkollave besojnë se prindërit luajnë një rol më të vogël në ofrimin e edukimit të të ushqyerit (35.1%) krahasuar me mësuesit (63.4%). Roli më i rëndësishëm, sipas drejtorëve të shkollave, luhet nga mësuesit e specializuar (27.9% kundrejt 19.7% sipas mendimit të mësuesve).

Sa i përket rolit të personelit shëndetësor, drejtorët e shkollave pajtohen me mësuesit (rreth 37%) [Figura 23].

Figura 23. Roli i aktorëve të ndryshëm në ofrimin e edukimit për ushqimin dhe ushqyerjen, sipas opinioneve të drejtuesve dhe mësuesve

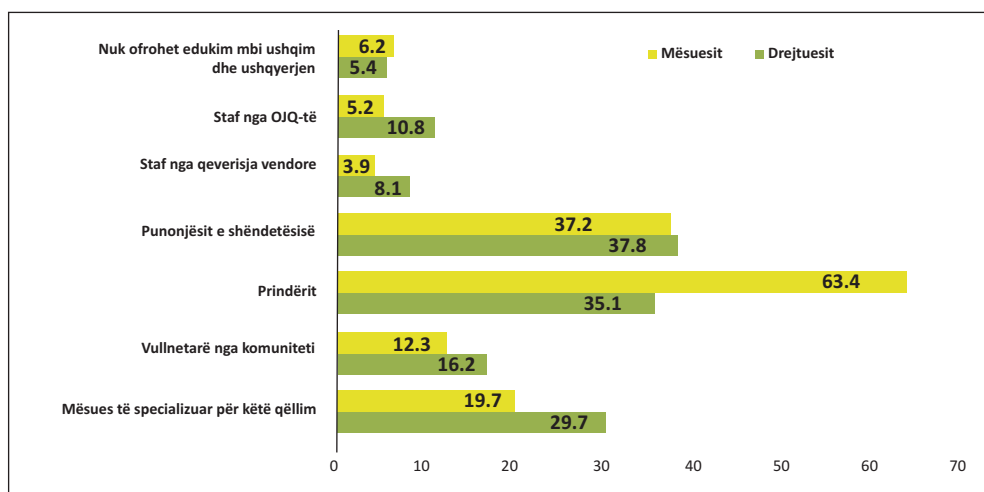


Tabela 61 paraqet mendimet e drejtorëve të shkollave lidhur me shkallën e zbatimit të disa qasjeve/ metodave të përdorura në shkollat e tyre përkatëse për aktivitetet edukative për ushqimin dhe ushqyerjen. Metoda e bazuar në njohuri dhe në informacion është metoda e përmendur më shpesh, pavarësisht shkallës së zbatimit të saj.

Tabela 61. Qasjet/metodat lidhur me ofrimin e edukimit mbi ushqimin dhe ushqyerjen në shkolla, sipas drejtuesve të shkollave

Në çfarë mase janë aplikuar qasjet/metodat e mëposhtme lidhur me aktivitetet e edukimit mbi ushqimin dhe ushqyerjen në shkollën tuaj?	Shumë [n(%)]	Mesatarisht [n(%)]	Shumë pak [n(%)]	Aspak [n(%)]	Pa përgjigje [n(%)]
Ofrim informacioni/njohurish me anë të leksioneve dhe prezantimeve, shpërndarjes së mesazheve dhe/ose përdorimit të materialeve dhe kanaleve informative	8 (21.6)	19 (51.4)	9 (24.3)	1 (2.7)	0 (0)
Ndërveprime (diskutime, debate, pune në grupe, ndarje përvojash, tregimeve, luajtje roli) dhe zgjidhje të problemeve, vetë-vlerësime	3 (8.1)	22 (59.6)	9 (24.3)	2 (5.4)	1 (2.7)
Praktika/veprime, me anë të të mësuarit me përfshirje të të gjithë nxënësve /të mësuarit duke bërë praktikuar, zhvillim të aftësive (p.sh.gatim, mbjellje bimësh, punim kopshti, ngrënie, duke provuar, duke zgjedhur)	10 (27)	19 (51.4)	6 (16.2)	1 (2.7)	1 (2.7)

Më shumë se një në katër shkolla (27%) nuk ka planifikuar ndonjë nismë në vitin akademik aktual që përfshin prindërit për promovimin e zakoneve të ushqyerjes së shëndetshme në mesin e fëmijëve, ose promovimin e aktivitetit fizik (29.7%) [të dhënat nuk paraqiten].

Në të kundërt, më shumë se gjysma e shkollave (51.4%) kanë planifikuar për programet e vitit akademik në lidhje me ushqimin dhe ushqyerjen e shëndetshme në bashkëpunim me Drejtoritë e Shëndetit Publik; rreth 30% kanë planifikuar aktivitete për promovimin e aktivitetit fizik. Në përgjithësi, 11 (29.7%) shkolla nuk kanë planifikuar ndonjë nismë (6 prej tyre janë shkolla private) [Tabela 62]. Vetëm 5 (1.3%) shkolla kanë planifikuar të zbatojnë të dy nismat (të dhënat nuk paraqiten).

Tabela 62. Nismat/programet e planifikuar për këtë vit akademik

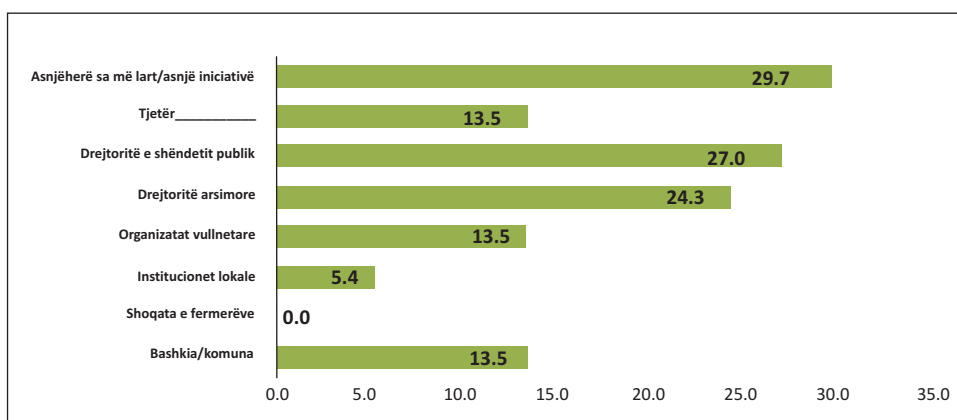
Cilin prej programeve të mëposhtme kenë planifikuar të kryeni gjatë këtij viti akademik në bashkëpunim me Drejtorinë e Shëndetit Publik:	Total			Publike	Private	Urban	Rural
	Po [n (%)]	Jo [n (%)]	Pa përgjigje [n (%)]	Po [n (%)]	Po [n (%)]	Po [n (%)]	Po [n (%)]
Edukim mbi ushqyerjen dhe ushqimin	19 (51.4)	17 (45.9)	1 (2.7)	14 (58.3)	5 (41.7)	14 (58.3)	5 (41.7)
Promovimin e aktivitetit fizik	11 (29.7)	23 (62.2)	3 (8.1)	10 (43.5)	1 (9.1)	5 (22.7)	6 (50)
Asnjë	11 (29.7)	23 (62.2)	3 (8.1)	5 (21.7)	6 (54.5)	7 (31.8)	4 (33.3)

Gjysma e drejtorëve të shkollave kanë planifikuar nisma të edukimit mbi ushqimin dhe ushqyerjen në shkollat e tyre në vitin akademik aktual (2017/18), dhe një e treta kanë planifikuar nisma në aktivitetin fizik në bashkëpunim me Drejtoritë e Shëndetit Publik; shumica e tyre janë shkolla publike.

Ndër shkollat që kanë planifikuar aktivitete të tilla, bashkëpunimi më së shumti përbëhet nga mësimi i drejtpërdrejtë me nxënësit (51.4%) dhe takimet me prindërit e tyre (21.6%). Bashkëpunimi për trajnimin e mësuesve ose ofrimi i mbështetjes teknike për mësuesit është shumë më pak i zakonshëm. Vetëm një shkollë private në një zonë urbane ka planifikuar një vlerësim individual të secilit nxënës dhe asnjë shkollë nuk ka planifikuar të kryejë mbikëqyrjen e përgjithshme të gjendjes së përgjithshme nutricionale të nxënësve (të dhënat nuk paraqiten).

Në vitin akademik aktual, rreth një e katërta e shkollave po marrin pjesë në iniciativat për promovimin e zakoneve të shëndetshme të ushqyerjes të organizuara nga Drejtoritë e Shëndetit Publik (27%) ose Drejtoritë e Arsimit (24.3%). Disa prej tyre do të marrin pjesë në aktivitete të ndërmarra nga komunat ose organizatat vullnetare (13.5% secila). Rreth një në tre shkolla (29.7%) nuk do të marrin pjesë në asnjë nga këto iniciativa (Figura 24).

Figura 24. Pjesëmarrja e shkollave në iniciativa që synojnë promovimin e zakoneve të shëndetshme ushqyese



k. Kapaciteti dhe trajnimi i mësuesve

- Mësuesit

Më pak se një në dhjetë mësues (9.5%) ka ndjekur të paktën një kurs trajnimi për ushqyerjen (të dhënat nuk paraqiten). Një përqindje më e madhe e atyre që kanë marrë pjesë në kurse nutricionale, japin mësim në shkollat private (13.6% kundrejt 8% në shkollat publike) dhe në zonat urbane (11.5% kundrejt vetëm 4.5% në zonat rurale [Tabela 63].

Mes mësuesve të trajnuar, rreth 60% e tyre kanë ndjekur vetëm një kurs, ndërsa 40% kanë ndjekur dy kurse (të dhënat nuk paraqiten).

Tabela 63. Shpërndarja e mësuesve që kanë kryer kurs apo trajnim mbi ushqyerjen

Përgjigja [n (%)]	Vendndodhja e shkollës		Tipi i shkollës		Totali
	Urban	Rural	Publike	Private	
Jo	192 (88.5)	85 (95.5)	207 (92)	70 (86.4)	277 (90.5)
Po	25 (11.5)	4 (4.5)	18 (8)	11 (13.6)	29 (9.5)
Totali	217 (100)	89 (100)	225 (100.0)	89 (100.0)	306 (100, 0)

Mësuesit ndjehen të sigurt (duke u shprehur se dinë shumë) në lidhje me njohuritë e tyre për ushqimet e shëndetshme ose zgjedhjet e ushqimit të shëndetshëm (72.6%); ushqyerjen e fëmijëve (71.6%); dhe për shëndetin e fëmijëve (66.2%). Pjesa e mësuesve që mendojnë se dinë shumë për parimet themelore të të ushqyerit ose mbipeshës dhe obezitetit, është disi më e ulët (62% dhe 51%, respektivisht) [Tabela 64].

Tabela 64. Shpërndarja e mësuesve sipas nivelit të njohurive rreth disa temave mbi ushqimin dhe ushqyerjen

Sa mendoni se dini rreth secilës prej temave të mëposhtme?	Di shumë [n (%)]	Di diçka [n (%)]	Jo shumë [n (%)]	Nuk jam i/e sigurt [n (%)]	Totali [n (%)]
Parimet bazë të ushqyerjes	188 62	107 35.3	8 2.6	0 0	303 100
Ushqyerjen e fëmijës	219 71.6	79 25.8	7 2.3	1 0.3	306 100
Shëndetin e fëmijës	202 66.2	93 30.5	7 2.3	3 1.0	305 100
Çështjet aktuale të të ushqyerit	142 47.8	132 44.4	18 6.1	5 1.7	297 100
Vaktet e shëndetshme/ zgjedhjet e ushqimit të shëndetshëm	223 72.6	79 25.7	4 1.3	1 0.3	307 100
Mbipeshën/obezitetin	155 51	133 43.8	15 4.9	1 0.3	304 100

Shumica e mësuesve janë shumë të përgatitur për mësimin e higjienës dhe shëndetit (81.9%), si dhe për nxitjen e një mjedisi të shëndetshëm në shkollë (68.9%).

Më shumë se gjysma e mësuesve (56.2%) ndihen disi të përgatitur për pjesëmarrje në aktivitete të kopshtarisë për promovimin e të ushqyerit të shëndetshëm (prej të cilëve një përqindje më e madhe është e pranishme në zonat rurale, 59.3% - të dhënat nuk paraqiten).

Nga ana tjetër, vetëm dy në pesë mësues (40.7%) ndihen disi të përgatitur për t'i mësuar nutricionin nxënësve të tyre (Tabela 65).

Tabela 65. Shpërndarja e mësuesve sipas nivelit të vetëperceptuar të njohurive sa i përket aftësisë mësimdhënëse mbi ushqimin dhe ushqyerjen

Sa të përgatitur ndihen mësuesit për secilën nga temat e mëposhtme?	Shumë i/e përgatitur [n (%)]	Disi i/e përgatitur [n (%)]	Jo shumë i/e përgatitur [n (%)]	Nuk jam i/e sigurt [n (%)]	Totali [n (%)]
Mësimdhënie mbi ushqyerjen për nxënësit	169 55.4	124 40.7	9 3.0	3 1.0	305 100.0
Mësimdhënie mbi e higjënën dhe shëndetin për nxënësit	253 81.9	53 17.2	3 1.0	0 0	309 100.0
Promovimin e mjedisit të shëndetshëm në shkollë	210 68.9	88 28.9	7 2.3	0 0	305 100.0
Pjesëmarrjen në aktivitetet e kopshtarisë për të promovuar ushqyerjen	82 27	171 56.2	36 11.8	15 4.9	304 100.0
Promovimin e aktivitetit fizik për nxënësit	183 59.6	111 36.2	10 3.3	3 1.0	307 100.0

Perceptimet, aktivitetet dhe prioritetet e autoriteteve vendore

I. Vlerësimi i ushimit, ushqyerjese dhe shëndetit në bashkitë/rrethet

- Informatorët kyç

Pjesa më e madhe e informatorëve kyç mendojnë se shumica e njerëzve që banojnë në rrethet e tyre janë disi të shëndetshëm (83%) ose shumë të shëndetshëm (2%), ndërsa 15% mendojnë se popullsia e tyre është relativisht e pa shëndetshme (të dhënat nuk paraqiten).

Informatorët kyç japin argumentet e mëposhtme për opinionin e tyre të lartpërmendur:

- Ka një rritje të problemeve shëndetësore që lidhen me modelet e dietave jo të shëndetshme, por edhe për shkak të konsumimit të artikujve ushqimorë të pasigurtë. Rritja e sëmundjeve jo të transmetueshme është gjithashtu një tregues i këtij fenomeni.
- Ekzistojnë dëshmi për një gamë të gjerë faktorësh ndikues duke përfshirë karakteristikat e jetesës, modelet e ushqyerjes, nivelin e stresit, si dhe faktorët social-ekonomikë (kultura e pamjaftueshme mbi ushqyerjen, mundësi të kufizuara ekonomike etj.).
- Nuk ka njohuri adekuate për ushqyerjen e shëndetshme.
- Ka edhe konsiderata pozitive duke përfshirë perceptimet e favorshme për mjedisin e sigurtë dhe të pastër dhe disponibilitetin e ushqimeve organike (bio).

Shumica e informatorëve kyç (62.3%) mendojnë se zakonet ushqimore dhe modelet e dietës në rrethin e tyre janë përmirësuar gjatë pesë viteve të fundit. Megjithatë, 18.9% besojnë se situata është përkeqësuar (Tabela 66).

Tabela 66. Ndryshimi i perceptuar i zakoneve të ushqyerjes dhe dietës së fëmijëve gjatë pesë viteve të fundit, sipas informatorëve kyç

A mendoni se zakonet e ushqyerjes dhe dieta e fëmijëve në rrethin tuaj gjatë pesë viteve të fundit janë	Numër	Përqindje	Përqindje kumulative
Përmirësuar	33	62,3	62,3
Njëlloj	9	17,0	79,2
Përkeqësuar	10	18,9	98,1
Nuk e di / pa opinion	1	1,9	100,0
Totali	53	100,0	

Disa nga faktorët që kanë kontribuar në përmirësimin e dietave dhe zakoneve ushqimore të fëmijëve në pesë vitet e fundit, sipas mendimit të informatorëve kyç, janë si më poshtë:

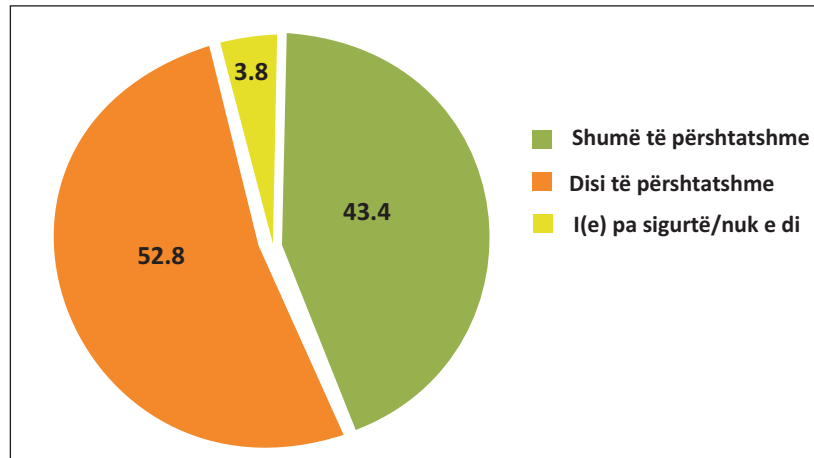
- Njerëzit kanë filluar t'i kushtojnë më shumë vëmendje të ushqyerit për shkak të rritjes së mundësisë së marrjes së informacionit dhe përmirësimit të gjendjes së tyre ekonomike. Shumica e familjeve nuk përdorin ushqim të shpejtë (fast-food) për ushqyerjen e fëmijëve të tyre, duke çuar në një përmirësim të përgjithshëm të gjendjes ushqyese të fëmijëve.
- Shumica e njerëzve kanë filluar t'i kushtojnë vëmendje kushteve të cilësisë dhe higjienës së artikujve ushqimorë të konsumuar.
- Zakonet e ushqyerjes janë përmirësuar për shkak të promovimit të ushqimit të shëndetshëm në shkolla, punës së mediave dhe punës së bërë nga institucionet shëndetësore.
- Ekzistojnë më shumë kontrolle në lidhje me masat e sigurisë ushqimore në pikat e shitjes dhe tregjet, veçanërisht në kopshte dhe shkolla.
- Politikat e qeverisjes vendore i kanë kushtuar vëmendje edhe çështjeve të ushqyerjes së komuniteteve në vitet e fundit.

Megjithatë, ka edhe faktorë që kontribuojnë në përkeqësimin e situatës në pesë vitet e fundit, të cilat janë përmbledhur shkurtimisht më poshtë:

- Nuk ka ndryshim në gjendjen ekonomike të familjeve dhe qasja në ushqime të shëndetshme është e kufizuar. Prandaj, duke pasur parasysh mungesën e përmirësimit ekonomik, zakonet e të ngrënit nuk kanë ndryshuar në popullatën e përgjithshme shqiptare.
- Në kopshtet e fëmijëve që nuk ofrojnë ushqim, ka dëshmi të shumë fëmijëve që ushqehen me ushqime të papërshtatshme të marra nga shtëpia.
- Ka konfuzion në mesazhet e ofruara për ushqim të shëndetshëm dhe koha e caktuar për këto mesazhe është e kufizuar.
- Fëmijët ende kanë tendencë të përdorin ushqime të shpejta.
- Shumica e informacionit në lidhje me ushqimin dhe të ushqyerit ofrohet nga burime të diskutueshme.

Figura 25 paraqet mendimet e informatorëve kyç në lidhje me përshtatshmërinë e furnizimit ushqimor në kuptim të sasisë dhe shumëllojshmërisë së ushqimeve në dispozicion në komunat e tyre përkatëse.

Figura 25. Sasia dhe shumëllojshmëria e asortimenteve ushqimore në dispozicion, sipas opinionit të informatorëve kyç



Informatorët kryesorë në rrethet e Durrësit dhe Vlorës në përgjithësi e konsiderojnë furnizimin e tyre ushqimor si “shumë të përshtatshëm”, ndërsa në Gjirokastrë, Dibër, Kukës dhe Lezhë, ata e konsiderojnë furnizimin e tyre ushqimor vetëm “disi të përshtatshëm” (Tabela 67). Asnjëri prej tyre nuk mendon se furnizimi me ushqim është “shumë pak i përshtatshëm” ose “aspak i përshtatshëm”, megjithëse dy informatorë nuk janë të sigurtë (të dhënat nuk paraqiten).

Tabela 67. Përshtatshmëria e sasisë dhe shumëllojshmërisë së asortimenteve ushqimore në dispozicion në secilin qark, sipas opinionit të informatorëve kyç

Sa të përshtatshme mendoni se janë ushqimet në bashkinë tuaj përsa i takon sasisë dhe shumëllojshmërisë së asortimenteve ushqimore në dispozicion?				
Qarku	Shumë të përshtatshme	Disi të përshtatshme	I (e) pa sigurtë / nuk e di	Totali
Berat	1	2	0	3
	33,3%	66,7%	,0%	100,0%
Dibër	0	3	1	4
	,0%	75,0%	25,0%	100,0%
Durrës	4	1	0	5
	80,0%	20,0%	,0%	100,0%
Elbasan	3	1	1	5
	60,0%	20,0%	20,0%	100,0%
Fier	3	1	0	4
	75,0%	25,0%	,0%	100,0%
Gjirokastrë	0	4	0	4
	,0%	100,0%	,0%	100,0%
Korçë	2	2	0	4
	50,0%	50,0%	,0%	100,0%
Kukës	1	3	0	4
	25,0%	75,0%	,0%	100,0%
Lezhë	1	4	0	5
	20,0%	80,0%	,0%	100,0%
Shkodër	2	2	0	4
	50,0%	50,0%	,0%	100,0%
Tiranë	3	4	0	7
	42,9%	57,1%	,0%	100,0%
Vlorë	3	1	0	4
	75,0%	25,0%	,0%	100,0%
TOTALI	23	28	2	53
	43,4%	52,8%	3,8%	100,0%

Furnizimi me ushqim konsiderohet mesatarisht pa kimikate dhe substanca të dëmshme nga pak më shumë se gjysma e informatorëve kyç(30), ndërsa vetëm (2) mendojnë se furnizimi me ushqime është shumë i sigurtë. Një e katërta e tyre (14) mendojnë se furnizimi me ushqim në rrethet e tyre është relativisht i pasigurtë dhe (3) e konsiderojnë atë shumë të pasigurtë (Berat, Fier, Gjirokastrë). Në Tiranë, (2) informatorë kyç e konsiderojnë ushqimin të jetë shumë i sigurt (Tabela 68).

Informatorët kryesorë ofrojnë argumentet e mëposhtme për të mbështetur mendimet e tyre:

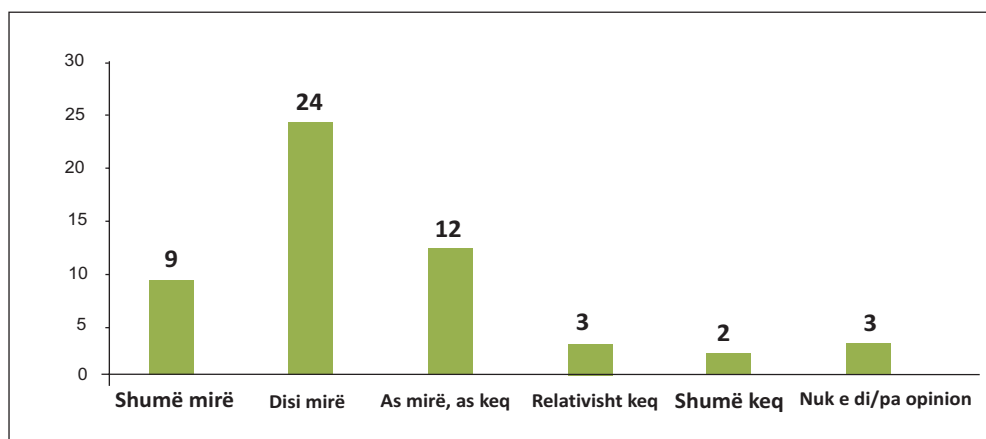
- Ka mjaft produkte ushqimore të skaduara në treg.
- Autoriteti Kombëtar i Ushqimit nuk kryen kontrole periodike dhe nuk ofron informacione zyrtare për konsumatorët për sigurinë e produkteve të ndryshme ushqimore.
- Nuk ka vlerësime të kryera për matjen e substancave kimike në ushqime.
- Doza e saktë e pesticideve të përdorur nga fermerët është e panjohur.
- Raportimet e mediave shpeshherë tregojnë se ka një shtim të ushqimeve të rritura me hormone dhe e vërteta është se shumë produkte ushqimore janë hedhur në treg pavarësisht afateve kohore dhe kushteve që iu nevojiten për rritje natyrale.

Tabela 68. Siguria ushqimore e perceptuar sipas opinionit të informatorëve kyç

Sa të sigurta mendoni se janë ushqimet në bashkinë tuaj lidhur me mungesën e kimikateve dhe substancave të dëmshme?	Numër	Përqindje	Përqindje kumulative
Shumë të sigurta	2	3,8	3,8
Disi të sigurta	30	56,6	60,4
Relativisht të pa sigurta	14	26,4	86,8
Shumë të pa sigurta	3	5,7	92,5
Nuk e di / pa opinion	4	7,5	100,0
Totali	53	100,0	

Sa i përket kujdesit të shtetit për dieta të shëndetshme për fëmijët, më shumë se gjysma e informatorëve kyç besojnë se shteti kujdeset “disi mirë” (24) ose “shumë mirë” (9). Rreth një në pesë informatorë konsideron se kujdesi i shtetit nuk është as i mirë as i keq, dhe një në dhjetë e konsideron kujdesin e shtetit si relativisht të keq (ose shumë të keq) [Figura 26].

Figura 26. Kujdesi i shtetit për dietën e shëndetshme të fëmijëve sipas informatorëve kyç



Informatorët kyç që kanë mendime negative japin argumentet e mëposhtme për përgjigjet e tyre:

- Ka mangësi serioze në lidhje me masat e sigurisë ushqimore nga strukturat komunale, si dhe nga Autoriteti Kombëtar i Ushqimit (degët e rretheve).
- Evidenca tregon se problemet në lidhje me kequshqyerjen janë ende të pranishme në popullatën e përgjithshme.
- Qasja e shëndetshme ndaj ushqyerjes nuk është një praktikë e zakonshme në familjet me status të ulët social-ekonomik.
- Ka shumë shitës pranë mjediseve të shkollave dhe fëmijët konsumojnë shumë gjëra ushqimore të pakontrolluara.
- Ushqimi i konsumuar në shkollë nganjëherë nuk është i kontrolluar në mënyrë të duhur dhe, më e rëndësishmja, dieta e fëmijëve në kopshtet publike dhe në shkollat publike nuk është e hartuar nga specialistët e shëndetit dhe të ushqyerjes.

m. Aktivitetet promovuese të ushqyerjes dhe shëndetit

- Informatorët kyç

Informatorët kyç, sipas pozicioneve dhe funksioneve të tyre përkatëse (Komunat / Drejtoritë e Shëndetit Publik / Drejtoritë e Arsimit), besojnë se mund të kontribuojnë në aspektin e sigurimit të ushqimit, dietave dhe të ushqyerit në këto mënyra:

1. Komunat: politika të reja për të ushqyerit e shëndetshëm, projekti “Ne bëjmë detyrat tona të shtëpisë, menaxhimin e sigurt të sigurisë ushqimore në institucionet arsimore” - një bashkëpunim ndër-institucional.
2. Drejtoritë e Shëndetit Publik: informimi, ngritja e vetëdijes, promovimi dhe projektet për përmirësimin e të ushqyerit duke kontrolluar ushqimet e blera në çerdhe (çertifikata e cilësisë së ushqimit) dhe ngritja e vetëdijes së prindërve për rëndësinë e ushqyerjes së shëndetshme.
3. Vendorsja e standardeve të artikujve ushqimorë, gjatë procedurave të ofertave të artikujve ushqimorë, të blera në kopshte dhe produkteve ushqimore të shitura në treg në territorin e komunës së Dibrës.
4. Drejtoria Rajonale e Arsimit: aktivitete edukative, seminare, dhe informimi i fëmijëve për ushqyerjen e shëndetshme.
5. Kontribut i madh i Drejtorive Rajonale të Arsimit për miratimin e moduleve mësimore lidhur me ushqyerjen e shëndetshme.

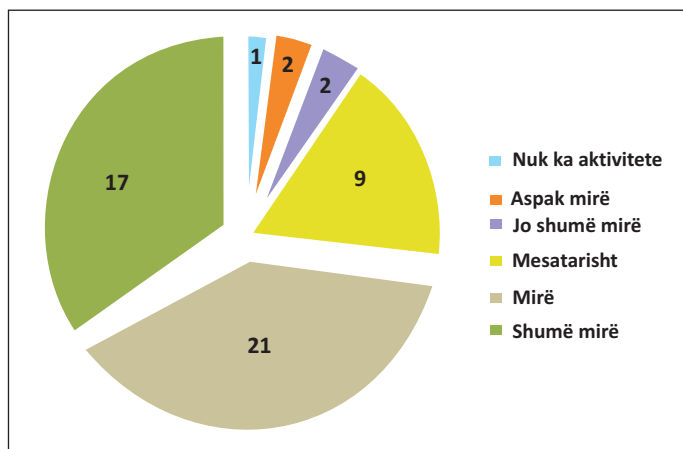
Megjithatë, ata gjithashtu vënë në dukje konsideratat vijuese:

- Drejtoria Rajonale e Arsimit të Gjirokastrës nuk ka rol sepse kopshtet që ofrojnë ushqim janë nën kujdesin e Agjencisë për Ndhimë Sociale që është pranë Komunës së Gjirokastrës.
- Nuk ka ndikim të Drejtorisë Rajonale të Arsimit përveç rolit informues, i cili duhet të

kryhet nga mësuesit e biologjisë.

Aktivitetet e organizuara nga komunat për informimin e publikut dhe promovimin e ushqyerjes së shëndetshme u vlerësuan nga shumica e informatorëve kyç si “të mira” (21) ose “shumë të mira” (17), ndërsa disa (4) i vlerësuan këto aktivitete si “jo shumë të mira” ose “aspak të mira” [Figura 27].

Figura 27. Vlerësimi i aktiviteteve për informimin e publikut dhe promovimin e dietës së shëndetshme në institucionet e informatorëve kyç



Mes aktiviteteve më të rëndësishme në fushën e →/fëmijeve/→/sigurisë ushqimore/→/sigurimin e ushqimeve cilësore dhe të shëndetshme/→/ushqyerjes, aktivitetit fizik dhe parandalimit të obezitetit, ku institucionet e tyre përkatëse ishin më aktive në tre vitet e fundit dhe kanë më shumë arritje, informatorët kyç raportojnë si në vijim:

- Organizimi i aktiviteteve sportive (Lojërat Olimpike, festivali i drejtimit, etj.).
- Panaire ushqimore në shkolla (tradita, festime, etj.).
- Aktivitete promovuese në formë të konkurseve në shkollat 9-vjeçare; panairët, festimet, ditët e kuzhinës në Dibër.
- Rritja e ndërgjegjësimit (promovimi, ngritja e vetëdijes në lidhje me sigurinë e ushqimit dhe të ushqyerit e shëndetshëm).
- Projekti: “Ne bëjmë detyrat e shtëpisë”, nisma: “Pamje e mirë, fëmijë të shëndetshëm”.
- Informimi dhe ngritja e vetëdijes për ngritjen e sigurisë së ushqimit në shkolla, moduli “Ushqimi i shëndetshëm”, zgjedhja e lëndëve mbi ushqyerjen e shëndetshme midis lëndëve me zgjedhje.

Sa i përket fokusit të aktiviteteve në 2-3 vitet e ardhshme në fushën e ushqyerjes / ushqimit / aktivitetit fizik dhe parandalimit të obezitetit në institucionet e tyre përkatëse, informatorët kyç përmendin:

- Ushqyerja (grupi i synuar: fëmijët dhe gratë shtatzëna) dhe siguri i ushqimeve të shëndetshme (në kuadër të projektit “Ne bëjmë detyrat e shtëpisë”), kontrollin e produkteve ushqimore, projektin HAP.

- Aktiviteti fizik (aktivitete të ndryshme sportive, marshime, çiklizëm, maratona shkollore, etj.).
- Vlerësimet e rritjes dhe zhvillimit, si dhe gjendja ushqyese përmes matjeve antropometrike.
- Rishikimi i menuve bazuar në rekomandimet më të fundit.
- Fushatat e ndërgjegjësimit (parandalimi i obezitetit, rritja e orëve të mësimin, promovimi i stilit të jetesës së shëndetshme, shmangia e ushqimeve të shpejta, takimet mësues-nxënës-prindër rreth ushqyerjes së shëndetshme dhe aktivitetit fizik).

Disa nga faktorët kryesorë mbështetës për institucionet e tyre përkatëse në zbatimin e politikave, programeve dhe aktiviteteve të tjera në fushën e →/fëmijëve/→/sigurisë ushqimore/→/sigurimin e ushqimeve cilësore dhe të shëndetshme/→/ushqyerjes, aktivitetit fizik dhe parandalimit të obezitetit, të përmendur nga informatorët kyç ishin si më poshtë:

1. Bashkëpunimi institucional me OJQ-të, ISHP, Qendrat e Shëndetit, Autoriteti Kombëtar i Ushqimit, Drejtoria e Shëndetit Publik, Bashkia, Drejtoria Rajonale e Arsimit dhe World Vision.
2. Përmirësimi i shprehive ushqyese të fëmijëve (përmes aktiviteteve të organizuara dhe fletëpalosjeve) dhe rritjes së sigurisë ushqimore (trajnimeve, miratimit të planeve dhe programeve).
3. Zhvillimi i programeve të përbashkëta me Ministrinë e Bujqësisë..

n. Bashkëpunimi me dhe masat për përmirësimin e ushqimit dhe ushqyerjes

- Informatorët kyç

Aktorët më të rëndësishëm në institucionet lokale me të cilët kanë bashkëpunuar më së shumti në fushën e sigurisë ushqimore dhe të ushqyerjes përfshijnë institucionet arsimore (27), qendrat shëndetësore (24), dhe Institutin e Shëndetit Publik (23); në një më të vogël ata kanë bashkëpunuar shumë shpesh me mediat (14), punëdhënësit (12) dhe OJQ-të (11).

Deri më tani ka pasur pak ose aspak bashkëpunim me shoqatat e fermerëve (33), industrinë ushqimore ose fermerët lokalë (23%), (24) [Tabela 69].

Tabela 69. Shpeshësia e bashkëpunimit me aktorët e ndryshëm

Nr.	Aktorët	Numri i të anketuarve	Shumë shpesh	Shpesh	Jo shumë shpesh	Shumë rrallë	Kurrë	Nuk e di / pa opinion
1	Institucione arsimore	50	27	17	0	0	0	0
2	Qendra shëndetësore	52	24	14	9	2	3	0
3	Punëdhënës	44	12	12	11	8	0	1
4	Industria e përpunimit ushqimor	47	1	4	17	11	13	1
5	Tregëtarë	50	2	9	19	13	6	1
6	Ofrues ushqimorë	49	2	9	21	11	6	0
7	Fermerë lokalë / prodhues	48	3	4	16	8	15	2
8	Shoqata fermerësh	47	2	1	12	11	21	0
9	Fakultete/institute	44	4	12	12	8	7	1
10	Instituti i Shëndetit Publik	48	23	15	7	2	0	1
11	Shoqata profesionistësh	48	5	10	18	3	11	1
12	Media	48	14	15	13	5	1	0
13	OJF	46	11	17	9	4	5	0

Sa i përket bashkëpunimit me aktorë të tjerë, shumica e informatorëve kyç raportojnë se nuk ka pengesa për bashkëpunim më të mirë.

Megjithatë, ata bëjnë sugjerimet e mëposhtme për forcimin e bashkëpunimit:

- Nevoja për të pasur më shumë përfaqësues nga Autoriteti Kombëtar i Ushqimit në aktivitetet për ngritjen e vetëdijes.
- Nevoja për një marrëveshje formale me të gjitha institucionet: Autoriteti Kombëtar i Ushqimit, Inspektorati Sanitar Shtetëror dhe Drejtoria Rajonale e Shëndetit për të finalizuar kuadrin e bashkëpunimit dhe për të hequr barrierat lidhur me procedurat burokratike dhe specifikimin e prioriteteve për ndërhyrjet e ardhshme.
- Rishikimi i kuadrit legjislativ dhe rregullator (me qëllim që të shmanget mbivendosja e detyrave dhe kompetencave).
- Nevoja për të plotësuar personelin shëndetësor në njësitë e promovimit të shëndetit në kopshte dhe shkolla.
- Sigurimi i financimit adekuat sepse ekziston momentalisht mungesa e fondeve për zbatimin e ndërhyrjeve të planifikuara.
- Forcimi i marrëdhënieve institucionale sipas specifikave të shërbimeve dhe aktiviteteve të tyre, heqja e pengesave për të stimuluar dhe forcuar bashkëpunimin.

Shumica e informatorëve kyç (45) janë plotësisht dakord se bashkëpunimi konstruktiv me prindërit do të kontribuonte në arritjen e objektivave të punës së tyre. Një shumicë e madhe janë plotësisht dakord se bashkëpunimi në secilën prej fushave në vijim do të kontribuonte në arritjen e objektivave të punës së tyre : akses më të mirë në materialet për shëndetin e fëmijëve, të ushqyerit, aktivitetin fizik dhe praktikat dietike (44) një mbështetje më të mirë financiare (41) dhe bashkëpunim më të mirë me sektorët e tjerë (38). Shumica e informatorëve janë plotësisht dakord ose dakord se më shumë mbështetje politike do të rriste aftësinë e tyre për të kryer punën e tyre (42).

Në një masë më të vogël, faktorë të tjerë kontribues të raportuar nga informatorët kyç përfshijnë partneritetin më të mirë publik-privat (19); më shumë aktivitete të kryera nga OJQ të ndryshme (20); dhe një bashkëpunim më konstruktiv me mediat (20) [Tabela 70].

Tabela 70. Perceptimet lidhur me rritjen e kontributit për përmbushjen e objektivave të punës së tyre, sipas opinionit të informatorëve kyç

Nr.		Numri i të anketuarve	Plotësisht dakord	Dakord	Disi dakord	Disi jo dakord	Aspak dakord	Nuk e di / pa opinion
1	Bashkëpunim më i mirë me sektorët e tjerë	52	38	14	0	0	0	0
2	Masa më të mira institucionale / përmirësime strukturore	52	30	18	4	0	0	0
3	Përcaktim më i mirë i partneritetit publik-privat	51	19	26	6	0	0	0
4	Më shumë aktivitete për zbutjen e pabarazive sociale	51	37	12	1	1	0	0
5	Më shumë mbështetje politike	47	25	17	3	1	1	0
6	Ndërgjegjësim më i mirë i profesionistëve dhe i publikut	51	30	18	2	0	1	0
7	Më shumë aktivitete nga OJQ	51	20	24	4	1	1	1
8	Bashkëpunim konstruktiv me mediat	51	20	26	4	0	0	1
9	Bashkëpunim konstruktiv me prindërit	52	45	7	0	0	0	0
10	Mbështetje më e madhe financiare	51	41	8	2	0	0	0
11	Më shumë akses për materialet lidhur me shëndetin e fëmijëve, nutricionin, aktivitetin fizik dhe praktikatat dietetike	52	44	7	1	0	0	0

Sa i përket masave të mundshme për përmirësimin e furnizimit me ushqim dhe dietat e duhura, shumica e informatorëve kyç janë pro shumicës së masave të sugjeruara (Tabela 71). Të gjithë informatorët kyç favorizojnë kufizimin e marketingut të ushqimeve jo të shëndetshme për fëmijët dhe të gjithë favorizojnë kryerjen e inspektimeve të rregullta të vlerës energjetike dhe ushqyese të ushqimeve shkollore. Pothuajse të gjithë informatorët favorizojnë integrimin e të ushqyerit në kurrikulën shkollore.

Të gjithë informatorët kyç janë “shumë pro” ose “pro” për pajisjen e automateve në shkolla vetëm me ushqime të shëndetshme., por shumica e informatorëve kyç mbështesin ose favorizojnë me forcë ndalimin e instalimit të automatëve me ushqime dhe pije në mjediset e shkollës. Ata gjithashtu preferojnë të ofrojnë së paku një vakt të shëndetshëm në mensën e shkollës me kontributin e prindërve / kujdestarëve, si dhe ofrimin e një vakti të shëndetshëm falas në shkolla [Tabela 71].

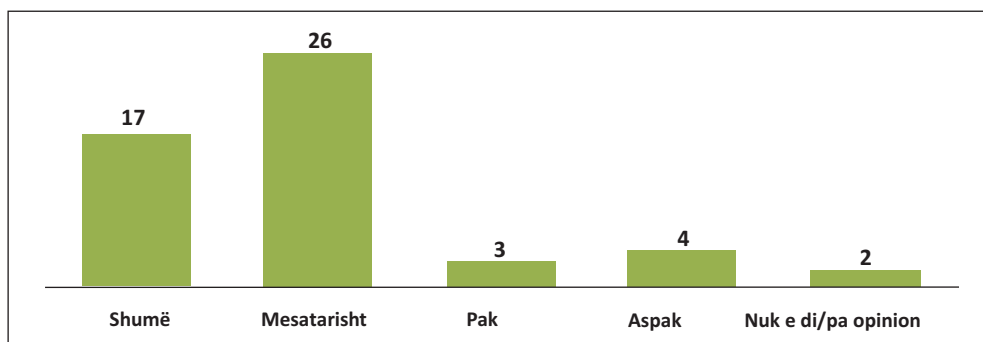
Tabela 71. Masat për përmirësimin e sigurimit ushqimor dhe dietës së popullatës sipas opinionit të informatorëve kyç

Nr.	Masat për përmirësimin e sigurimit ushqimor dhe dietës së popullatës	Numri i të anketuarve	Shumë "pro"	"Pro"	Disi "pro"	Nuk jam "pro"	Shumë kundra
1	Rritja e taksimit të ushqimeve të pa shëndetshme.	53	37	11	3	1	1
2	Ulje e taksave për frutat dhe perimet	53	37	15	1	0.	0
3	Kufizim i tregimit të ushqimeve të pa shëndetshme për fëmijët.	53	45	8	0	0	0
4	Inspektime të rregullta të kalorive dhe vlerave ushqyese të vakteve në shkolla.	52	48	4	0	0	0
5	Integrimi/përditësimi i temave të ushqyerjes së shëndetshme në kurrikulat shkollore.	53	39	13	1	0.	0
6	Paisja e automatëve në shkolla vetëm me ushqime të shëndetshme.	52	42	10	0	0	0
7	Ndalimi i instalimit të automatëve me ushqime dhe pije në shkolla.	52	31	10	5	4	2
8	Ndalimi i reklamave ose i tregimit të ushqimeve dhe pijeve në mjediset shkollore.	53	38	7	4	3	1
9	Instalimi i paisjeve me ujë të pijshëm në shkolla.	53	48	4	1	0	0
10	Ofrimi i të paktën një vakti të shëndetshëm falas në shkolla.	52	41	7	3	1	0
11	Ofrimi i të paktën një vakti të shëndetshëm në shkolla (me kontribut të prindërve/ kujdestarëve).	53	27	14	7	3	2

Pabarazitë shoqërore

Gjysma e informatorëve kyç pranojnë se ata kanë konsideruar vetëm në mënyrë të moderuar statusin shoqëror ose pabarazitë në punën e tyre. Rreth një e treta e tyre kanë konsideruar pabarazitë shumë, ndërsa rreth 14% kanë marrë parasysh pabarazitë sociale vetëm pak ose aspak në punën e tyre (Figura 28).

Figura 28. Marrja në konsideratë e statusit ose pabarazive sociale nga informatorët kyç gjatë punës së tyre



Disa nga shembujt e dhënë nga informatorët kyç në lidhje me shqyrtimin e statusit shoqëror dhe pabarazitë shoqërore në punën e tyre në lidhje me ushqimin, ushqyerjen dhe shëndetin janë listuar më poshtë:

- Përcaktorët socialë të shëndetit.
- Mbështetja e komunitetit Rom në lidhje me mjetet dhe mundësitë e tyre të kufizuara për të patur akses dhe për të blerë ushqime të shëndetshme. Janë kryer shumë aktivitete që synojnë nën-grupet e popullsisë vulnerabël, duke përfshirë edhe komunitetin Rom. Këto aktivitete kanë të bëjnë me ushqimin e shëndetshëm dhe higjienën personale.
- Këto aktivitete kanë përfshirë nxënësit që u përkasin minoriteteve Rome dhe Egjiptiane.
- Për familjet Rome dhe Egjiptiane pa mjete financiare, ka pasur marrëveshje me OJQ-të për të mbuluar nevojat e tyre financiare.
- Situata të ndryshme ndërmjet fëmijëve vulnerabël (duke përfshirë dhunën, ngacmimin dhe depresionin) identifikohen menjëherë nëpërmjet shërbimit psiko-social dhe mësuesve të patronazhit.
- Programi i modelit social të shëndetit zbatohet në Drejtoritë e Bashkive Durrës dhe Shijak me mbështetjen e Ministrisë së Shëndetësisë dhe Mbrojtjes Sociale, ISHP dhe UNICEF.

Megjithatë, ata gjithashtu bënë komentet e mëposhtme:

- Bashkia e Tiranës ofron shërbime gjithëpërfshirëse për të gjitha kategoritë e popullsisë pavarësisht nga statusi i tyre shoqëror.
- Nuk ka një mënyrë të përshtatshme për të trajtuar në mënyrë efektive zakonet e ushqyerjes të komunitetit Rom për shkak të statusit të ulët social-ekonomik të tyre.

Aneksi 1: Lista e shkollave të përfshira në studim

ID	Emri i shkollës	Qarku	Emri i qytetit/fshatit	Vendndodhja (urban/rural)	Tipi i shkollës (publike/private)
189	22 TETORI	Berat	Berat	Urban	Publike
162	DRENOVICË	Berat	Drenovicë	Rural	Publike
170	IRFAN NGJEQARI	Berat	Berat	Urban	Private
439	SELIM ALLIU	Dibër	Peshkopi	Urban	Publike
425	MAQELLARE	Dibër	Maqellarë	Rural	Publike
429	AMERIKANE PRIVAT	Dibër	Peshkopi	Urban	Private
572	QEMAL MICI	Durrës	Durrës	Urban	Publike
526	NJAZI MASTORI	Durrës	Sukth	Rural	Publike
566	VINÇENC PRENDUSHI	Durrës	Durrës	Urban	Private
940	JORGJI DILO	Elbasan	Elbasan	Urban	Publike
900	KATUND I RI	Elbasan	KatundiRi	Rural	Publike
914	IMELDA LAMBERTINI	Elbasan	Elbasan	Urban	Private
1203	ANDON XOXA	Fier	Fier	Urban	Publike
1153	CERMË SEKTOR	Fier	ÇermëSektor	Rural	Publike
1191	NUMANI	Fier	Fier	Urban	Private
1363	KOTO HOXHI	Gjirokastër	Gjirokastër	Urban	Publike
1347	MUHAMET GJOLLESHA	Gjirokastër	Lazarat	Rural	Publike
1354	FRYMË DASHURIE	Gjirokastër	Gjirokastër	Urban	Private
1605	SEVASTI QIRJAZI	Korçë	Korçë	Urban	Publike
1577	SERVET AGOLLI	Korçë	Buçimas	Rural	Publike
1594	OMIROS	Korçë	Korçë	Urban	Private
1763	AVNI RUSTEMI	Kukës	Kukës	Urban	Publike
1753	VEHBI SHEHU	Kukës	Bicaj	Rural	Publike
1903	BESLIDHJA(E REJA)	Lezhë	Lezhë	Urban	Publike
1872	MARASH GJONI	Lezhë	Rrilë	Rural	Publike
1893	ATË SHTJEFËN GJEÇOVI	Lezhë	Lezhë	Urban	Private
2164	ISMAIL QEMALI	Shkodër	Shkodër	Urban	Publike
2119	BARDHEJ	Shkodër	Bardhej	Rural	Publike
2156	ZEMRA E KRISHTIT	Shkodër	Shkodër	Urban	Private
2366	SARINA	Tiranë (rreth)	Kashar	Rural	Private
2408	HILLARY CLINTON (KAMEZ)	Tiranë (rreth)	Kamez	Urban	Publike
2381	AZEM HAJDARI (PASKUQAN)	Tiranë (rreth)	Babrru Qender	Rural	Publike
2522	EDITH DURHAM	Tiranë_bashki	Tiranë	Urban	Publike
2521	TURGUT OZAL	Tiranë_bashki	Tiranë	Urban	Private
2687	9 TETORI	Vlorë	Sarandë	Urban	Publike
2640	5 DËSHMORËT	Vlorë	Ksamil	Rural	Publike
2667	DRITA E DIJES	Vlorë	Vlorë	Urban	Private

