

An treoirleabhar bunúsach

Irish translation of – The essential guide



Bia scoile: lánmharcanna

Fáilte

Fáilte go *Bia scoile: an treoirleabhar bunúsach*.

Rinneadh forbairt ar an acmhainn seo chun tacaíocht a thabhairt don chlár Bia scoile: lánmharcanna i dTuaisceart Éireann.

Tá sé mar aidhm leis inspioráid, comhairle phraiticiúil, agus cás-staidéir a chur ar fáil mar thacaíocht do mhúinteoirí, dhaltaí, ghairmithe sláinte, lónadóirí agus do dhaoine eile chun ithe agus ól níos sláintiúla a chur chun cinn agus a chur i bhfeidhm i mbunscoileanna agus in iar-bhunscoileanna.

Má tá baint agat le bia sláintiúil a chur chun cinn agus tacaíocht a thabhairt do shláinte agus folláine ghinearálta leanaí agus phobal na scoile, beidh cabhair le fáil anseo agat.

Cad atá san fhillteán

- Cuireann an treoirleabhar bunúsach an clár agus an acmhainn i láthair.



- Míníonn beartas bia don scoil uile cur chuige na scoile uile agus tugann sé treoir duit chun do bheartas féin a chruthú.



Téann na leabhráin seo a leanas i ngleic leis na príomhábhair ó thaobh bia agus dí de agus cuimsíonn siad treoir maidir le beartais ithe sláintiúla a fhorbairt agus cur chuige na scoile uile a thógáil i leith bia i scoileanna

- Clubanna bricfeasta níos sláintiúla



- Sosanna níos sláintiúla



- Meaisíní díola níos sláintiúla



- Soláthar uisce



- An taithí itheacháin i scoileanna a fheabhsú



- Boscaí lóin níos sláintiúla



- Clubanna Cócarála agus ithe



- Teagmhálaithe úsáideacha chun cabhrú leat comhairle, tacaíocht agus acmhainní breise a fháil.



Tá rannóg i ngach leabhrán ina bhfuil naisc leis an gcuraclam.

An comhthéacs do Bia scoile: an treoirleabhar bunúsach

Rinneadh forbairt ar Bia scoile: an treoirleabhar bunúsach chun tacaíocht a thabhairt don chlár Bia scoile: lánmharcanna, tionscnamh bia scoile ón Roinn Oideachais, An Roinn Sláinte, Seirbhís Sóisialta agus Sábháilteachta Poiblí (RSSSP) agus Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte.

Mar aitheantas ar an ról tábhachtach atá ag scoileanna maidir le cúrsaí cothaithe don óige agus forbairt a dhéanamh ar an eolas agus na scileanna atá riachtanach le bheith in ann roghanna níos sláintiúla a dhéanamh ó thaobh bia de, tá an Roinn Oideachais agus RSSSP ag cur beartas uileghabhálach in áit don bhia scoile go léir chun treoir a thabhairt ar raon straitéisí agus pleananna chun cothú feabhsaithe a chur ar fáil dár leanaí scoile.

I gcomhthéacs thionscnamh *Fit Futures* (Todhchaí Aclaí) de chuid na RSSSP, agus Comhaontú na Seirbhíse Poiblí atá á roinnt ag RSSSP, an Roinn Oideachais agus an Roinn Cultúir, Ealaíon agus Fóillíochta chun deireadh a chur leis an méadú ar líon na leanaí agus na ndaoine óga murtallacha, leagann an beartas nua béim ar an tábhacht a bhaineann le cur chuige scoile uile i dtaca le bia agus deochanna sláintiúla.¹ Tabharfaidh sé aitheantas freisin don tábhacht atá le cothú sna luathbhlianta agus tiomantas an Rialtais chun raon tionscnamh a chur ar fáil le bia sláintiúil a chur chun cinn i scoileanna.

Tiomantais reatha an Rialtais chun bia scoile a fheabhsú

- Bia scoile: an treoirleabhar bunúsach a fhoilsiú, chun treoir phraiticiúil a chur ar fáil chun tacú le bia sláintiúil i scoileanna.
- Caighdeán cothaithe le haghaidh lónta scoile agus Caighdeán cothaithe le haghaidh bia agus deochanna eile i scoileanna a fhoilsiú. I ndiaidh treoirthionscadal a rinneadh i thart ar 100 scoil in 2004, d'fhógair an Roinn Oideachais go gcuirfí caighdeán cothaithe nua i bhfeidhm le haghaidh lónta scoile i mí Mheán Fómhair 2007.
- I mí Aibreáin 2008 leathnaíodh é seo chun an bia agus na deochanna go léir a chuirtear ar fáil i scoileanna a chuimsiú. Téigh chuig www.deni.gov.uk chun tuilleadh faisnéise a fháil.
- Maoiniú na Roinne Oideachais ar chomhordaitheoirí um chaighdeán cothaithe i ngach ceann den chúig bhord oideachais agus leabharlainne. Is é ról na gcomhordaitheoirí ná oiliúint agus tacaíocht phraiticiúil a chur ar fáil chun na caighdeán cothaithe i gcomhair bia scoile a chur i bhfeidhm d'fhoirne lónadóireachta agus do scoileanna.
- Monatóireacht na Cigireachta Oideachais agus Oiliúna ar na caighdeán le haghaidh bia scoile, a cheap beirt chomhpháirtithe cothaithe le dul isteach ar na foirne cigireachta i gcomhair scoileanna speisialta, bunscoileanna agus iar-bhunscoileanna.

- Maoiniú na Roinne Oideachais agus na RSSSSP ar chomhordaitheoir bia i scoileanna, diaitéiteach, bunaithe ag Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte. Is é ról an phoist ná tacaíocht a thabhairt do na tionscnaimh sa chlár Bia scoile: lánmharcanna agus iad a chur i bhfeidhm.
- Taighde le déanaí in os cionn 90 scoil chun scrúdú a dhéanamh ar dhearcadh daltaí, tuismitheoirí, foireann na scoileanna agus lucht bainistíochta agus lónadóireachta i leith bia sna scoileanna.
- Athbhreithnithe ar an gcuraclam inar chóir go gcinnteofaí go gcuirtear deiseanna ar fáil do leanaí agus do dhaoine óga chun cur amach agus tuiscint a fháil ar chothú agus ar bhia sláintiúil agus chun scoileanna a fhorbairt maidir le bia a ullmhú agus a chócaráil. Tá soláthar sa churaclam ionas go mbeidh cothú agus bia sláintiúil san áireamh mar chuid den fhorbairt phearsanta ón mBunchéim go dtí Príomhchéim 4 agus tá sé éigeantach do na leanaí ar fad eacnamaíocht bhaile a dhéanamh ag Príomhchéim 3 mar shraith de 'Foghlaim don saol agus don obair'. I gcomhair tuilleadh comhairle agus treorach, téigh i dteagmháil le do thoil le Comhairle Churaclaim Scrúdúcháin agus Mheasúnaithe Thuaisceart Éireann www.ccea.org.uk



An bia atá á ithe ag leanaí agus ag daoine óga

Itheann an chuid is mó de na leanaí sa RA bia a bhfuil an iomarca saille, siúcra agus salainn ann.²

Thaispeáin suirbhé ar nósanna itheacháin leanaí i dTuaisceart Éireann go raibh brioscaí ag beagnach trí ceathrú (73%) de leanaí gach lá, le beagnach leath de na leanaí go léir (47%) ag ithe milseogra agus sneaiceanna neamh-mhilse cosúil le criospaí (52%) ar a laghad uair amháin in aghaidh an lae.³

Níor bhain ach leanbh amháin as gach deichniúr (11%) amach an sprioc de cúig phíosá torthaí agus glasraí in aghaidh an lae, agus ní raibh torthaí ná glasraí ar bith ag aon cúigiú (20%) ar bhonn rialta.³

Is fadhb shuntasach phoiblí é lobhadh na bhfiacra fós i dTuaisceart Éireann, le comharthaí de lobhadh na bhfiacra le feiceáil i measc trí chúigiú (61%) de leanaí cúig bliana d'aois i gcomparáid le 43% ar an meán sa RA.⁴ Tá baint ag an bpríomhchúis atá le lobhadh na bhfiacra leis an méid siúcra a itear agus a óltar i mbia agus deochanna agus le chomh minic is a itear agus a óltar iad.⁵

Dar le staidéir a rinneadh le déanaí, is deochanna boga, siúcra, subha agus milseogra, go háirithe seacláid an príomhfhoinsé de shiúcra eistreach nach bainne é nó siúcra breise san aiste bia.^{2,3,5}

An fáth go bhfuil athrú ag teastáil

Tá cothú rithabhachtach don tsláinte, agus is féidir leis an méid a itheann leanaí tionchar tábhachtach a bheith aige ar a sláinte anois agus amach anseo. Is féidir le cothú maith in óige an linbh cabhrú chun leanaí a chosaint in aghaidh galair ainsealacha níos déanaí sa saol.

Is galar cardashoithíoch agus ailse is mó a mharaíonn daoine i dTuaisceart Éireann.⁶ Taispeánann taighde idirnáisiúnta go dtugann aiste bia a bhfuil go leor torthaí agus glasraí ann cosaint i gcoinne galar cardashoithíoch, lena n-áirítear galar croí agus stróc.^{7,8}

Is féidir go gcuirfidh drochchothú agus stíleanna maireachtála nach bhfuil sláintiúil le líon na mbás de bharr ailse agus d'fhéadfadh sé gurb iad is cúis le suas le haon trian de na básanna ar fad de bharr ailse.⁹

Méadaíonn murtall an baol go dtolgfáir galar corónach croí, stróc, ailse agus diaibéiteas cineál.² Is ábhar imní é an méadú atá ag teacht ar líon na leanaí agus na ndaoine óga atá róthrom agus murtallach.

Tá méadú ag teacht ar líon na leanaí atá murtall i dTuaisceart Éireann, agus tá beagnach ceathrú (22%) de na leanaí atá ag tosú ar an mbunscoil róthrom nó murtallach.¹⁰

Thug staidéir a rinneadh le déanaí chun meáchan agus airde leanaí a thomhas sa bhaile agus sa bhunscoil le fios go bhfanann an figiúr seo mar an gcéanna agus iad ag dul in aois agus gur dócha go dtiocfaidh méadú seachas laghdú air.^{11,12}

Is féidir le do scoil difríocht a dhéanamh

Tá feabhsuithe i mbia sláintiúil ag tarlú ar fud Thuaisceart Éireann mar thoradh ar:

- caighdeáin chothaithe a thabhairt isteach le haghaidh lónta scoile agus caighdeáin chothaithe le haghaidh bia agus deochanna eile i scoileanna;
- beartas maidir le sosanna sláintiúla i go leor bunscoileanna;
- béim níos láidre ar bhia sláintiúil sna scoileanna ar fad.

Déanann na caighdeáin chothaithe cinnte go bhfuil níos mó torthaí agus glasraí ar fáil, go bhfuil rochtain ar uisce óil úr saor in aisce agus go bhfuil srian ar go leor bianna domhainfhríocta a bhfuil go leor saille iontu. Chomh maith leis sin, ní cheadaítear do scoileanna anois sneaiceanna a dháileadh a bhfuil go leor saille, siúcra agus salainn iontu cosúil le criospaí, milseáin, seacláid agus deochanna a bhfuil go leor siúcra iontu. Tá roghanna níos sláintiúla curtha ina n-ionad cosúil le torthaí, sneaiceanna bunaithe ar arán, bainne agus uisce.

Tá athrú ag teacht ar nósanna itheacháin na leanaí bunscoile. Fuair suirbhé a rinneadh i dTuaisceart Éireann le déanaí amach go raibh méadú ar líon na leanaí atá ag baint an sprioc de 5 phíosá tortha agus glasra in aghaidh an lae amach (28%), agus laghdú ar líon na leanaí nach bhfuil torthaí ná glasraí ar bith acu ar bhonn rialta (7%). Ar an gcaoi chéanna, tá laghdú beag ar líon na leanaí atá ag ithe briosaí, milseáin, seacláid, criospaí agus deochanna súilíneacha.¹¹

Fuair suirbhé eile a bhí ag fiosrú iompar agus dearcadh na ndaoine 11-16 bliana d'aois i dTuaisceart Éireann amach go bhfuil 80% ag fáil teagaisc faoi bhia sláintiúil ar scoil agus gur mheas siad go raibh rogha maith de bhia sláintiúil ar fáil sna scoileanna.¹³

Cé go bhfuil bóthar fada fós romhainn ionas go mbainfidh leanaí agus daoine óga aiste chothrom bia amach, is féidir le do scoil difríocht ollmhór a dhéanamh.

Ós rud é go gcaitheann leanaí ceathrú dá saol ina ndúiseacht ar scoil, is chéim mhór amháin i dtreo a gcothú a fheabhsú é roghanna sláintiúla maidir le bia agus deochanna a chur ar fáil agus a chur chun cinn i rith an lá scoile.

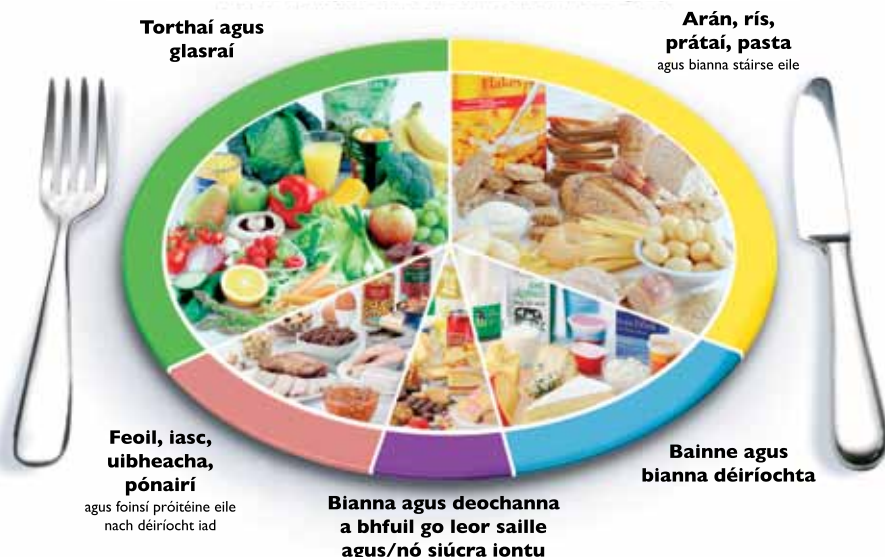
Beidh tionchar mór ag do thimpeallacht scoile, dearcadh na foirne agus na ndaltaí, chomh maith leis an méid a fhoghlaímíonn leanaí sa seomra ranga, ar a gcur amach agus ar a dtuiscint ar shláinte. Má spreagtar leanaí chun taitneamh a bhaint as bia agus deochanna sláintiúla go luath, tá seans i bhfad níos mó ann go ndéanfaidh tú iompar dearfach a atreisiú a fhanfaidh leo ar feadh a saol.

Cad is aiste shláintiúil bia ann?

Leis an bpláta bia sláintiúil, tá sé níos éasca bia sláintiúil a thuiscint mar gheall go dtaispeánann sé na cineálacha agus méideanna bia a dhéanann suas aiste chothrom shláintiúil bia.

An pláta bia sláintiúil

Bain úsáid as an bpláta bia sláintiúil chun cothromaíocht cheart a bhaint amach. Taispeánann sé cén mhéid den bhia a itheann tú ba chóir a theacht ó gach grúpa bia.



Torthaí agus glasraí

Arán, rís, prátaí, pasta
agus bianna stáirse eile

Feoil, iasc, uibheacha, pónairí
agus foinsí próitéine eile nach déiríocht iad

Bianna agus deochanna a bhfuil go leor saille agus/nó siúcra iontu

Bainne agus bianna déiríochta

© Déantar ábhar atá faoi Chóipcheart Corónach a atáirgeadh le cead ó Rialtóir Oifige Stáiseanóirachta na Barrionna agus Clódoir na Barrionna d'Albain

Ba chóir do leanaí cúig bliana d'aois agus os a chionn iarracht a dhéanamh an méid seo a leanas a ithe:

Go leor torthaí agus glasraí; déan iarracht cúig phíosá torthaí agus glasraí a ithe in aghaidh an lae: úr, reoite, stánaithe, triomaithe nó an sú.

Go leor aráin, rís, prátaí, pasta agus bianna eile a bhfuil go leor stáirse iontu cosúil le gránaigh bricfeasta agus núdail. Roghnaigh cineálacha slánghráin aon uair is féidir leat. Ba chóir go mbeadh aon trian dár mbia laethúil ina bhia le go leor stáirse.

Roinnt bainne agus bianna déiríochta mar gheall go bhfuil go leor próitéine, vitimín A, B12 agus cailciam iontu. Déan iarracht táirgí beagmhéathrais a fháil.

Méid mheasartha feola, iasc, uibheacha, pónairí agus foinsí próitéine eile nach déiríocht iad. Tá go leor próitéine iontu chomh maith le vitimíní agus mianraí, go háirithe iarann, vitimín D agus B12. Tá go leor saille i gcineálacha áirithe feola mar sin sé an rud is fearr ná píosa trua a roghnú, an craiceann a bhaint agus iarracht a dhéanamh gan ola bhreise a chur leis nó é a fhriochadh.

Gan ach roinnt beag bianna agus deochanna a bhfuil go leor saille nó siúcra, nó an dá rud, iontu a ithe ná a ól.

Tá tuilleadh faisnéise ar fáil ag www.eatwell.gov.uk

Naisc le cláir scoile eile

Spreagann Bia scoile: lánmharcanna scoileanna chun iarracht a dhéanamh bia agus deochanna sláintiúla a sholáthar le cur chuige uile scoile, agus trí bheartais ithe sláintiúla a fhorbairt agus a chinntiú go ndéantar naisc leis an gcuraclam.

Tá aidhmeanna agus cur chuige comónta ag na tionscnaimh scoileanna sláintiúla agus scoileanna méadaithe maidir le tacaíocht a thabhairt do shláinte, shábháilteacht agus leas leanaí, lena chéile agus leis an gclár Bia scoile: lánmharcanna araon. Tá Bia scoile: an treoirleabhar bunúsach ag obair i gcomhar leis na cláir seo, ag tabhairt samplaí do scoileanna chun go leor de na critéir atá i gceist le bheith mar scoil sláintiúil nó mhéadaithe a chomhlíonadh.

Scoileanna méadaithe

Is éard is scoil mhéadaithe ann ná scoil a chuireann raon seirbhísí agus gníomhaíochtaí ar fáil, uaireanta i rith an lá scoile nó ina dhiaidh, chun cabhrú le riachtanais leanaí, a muintir agus an pobal i gcoitinne a chomhlíonadh.

Oibríonn scoileanna méadaithe laistigh de chreat torthaí a thugann an bunús do phleanáil gníomhaíochta. Tá 'A bheith Sláintiúil' ar cheann de chúig réimse toraidh (ardleibhéal) sa chreat seo.

Ghlac beagnach 500 scoil agus 120,000 dalta páirt sa chéad dá bhliain den chlár scoileanna méadaithe. Mar thoradh ar an maoiniú a chuir an clár ar fáil, tá clubanna bricfeasta ar bun i 141 scoil, agus scoileanna ag tuairisciú go bhfuil leanaí san airdeall níos mó sa rang agus achar airde méadaithe acu. Tuairiscíonn scoileanna go bhfuil daltaí níos socra ag dul isteach i ranganna agus go bhfuil feabhas tagtha ar na patrúin freastail agus iompair. Cuireann sé seo ar chumas na ndaltaí díriú isteach ar cheachtanna níos mó agus níos mó a fhoghlaim maidir leis an tábhacht atá le bia sláintiúil.

Cuireann 84 scoil sosanna sláintiúla ar fáil faoin gclár freisin. Tugann siad seo spreagadh do leanaí torthaí, bainne nó uisce a thabhairt isteach leo. Tá luath-thuairiscí ar an ngé sosanna sláintiúla den chlár mórán ar aon dul leo sin a léiríodh thuas. Chun tuilleadh faisnéise a fháil téigh chuig www.deni.gov.uk

Scoileanna sláintiúla

Is éard is scoil shláintiúil ann ná scoil ina bhfuil an bord gobharnóirí, an fhoireann, an pobal i gcoitinne agus na gníomhaireachtaí ábhartha ag obair as lámha a chéile ar bhealach pleanáilte chun sláinte gach duine sa scoil a chur chun cinn trí bheartais, chleachtais agus struchtúir a fhorbairt chun tacaíocht a thabhairt do chlár inbhuanaithe gníomhaíochta.

Glacann scoil shláintiúil le próiseas féinmheasúnaithe agus pleanáil gníomhaíochta bunaithe ar chritéir cháilíochta atá aitheanta agus tástáilte go hidirnáisiúnta, a bhfuil sé mar aidhm leo sláinte agus folláine na scoile a fheabhsú i dtaobh na dtrí phríomhghné oibre i gcomhair scoil shláintiúil. Is iad sin ná:

- éiteas agus timpeallacht
- caighdeán na foghlama agus na múinteoireachta
- caighdeán na bainistíochta.

Tá nasc dlúth ag na príomhghnéithe seo le beartais oideachasúla chun scoileanna a fheabhsú.

Léirítear an cur chuige do scoil shláintiúil i bhfoireann uirlisí a leagann amach próiseas simplí iniúchta agus féinmheasúnaithe don scoil, céim i ndiaidh céime, chun forbairt a dhéanamh ar a plean gníomhaíochta, cabhrú leo rátáil a dhéanamh ar a staid reatha, agus tagarmharcáil a dhéanamh ar a ndul chun cinn. Chun tuilleadh faisnéise a fháil agus chun an fhoireann uirlisí i gcomhair scoileanna sláintiúla a íoslódáil, téigh chuig www.healthpromotionagency.org.uk le do thoil



Tagairtí

1. An Roinn Sláinte, Seirbhísí Sóisialta agus Sábháilteachta Poiblí. Fit futures: focus on food, activity and young people (Todhchaí aclaí: béim ar bhia, ar ghníomhaíocht agus ar dhaoine óga) Béal Feirste: RSSSSP, 2007.
2. An Oifig um Staidreamh Náisiúnta. National diet and nutrition survey: young people aged 4 to 18 years, Volume 1: Report of the diet and nutrition survey. Londain: Oifig an tSoláthair, 2000.
3. Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte. Eating for health? A survey of eating habits among children and young people in Northern Ireland. Béal Feirste: Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte, 2001
4. Pitts N, Harker R. Children's dental health in the United Kingdom 2003. Obvious decay experience. Londain: An Oifig um Staidreamh Náisiúnta, 2004.
5. Kay EJ. A guide to prevention in dentistry: the scientific basis of oral health education. Londain: British Dental Association, 2004.
6. An Roinn Sláinte, Seirbhísí Sóisialta agus Sábháilteachta Poiblí. Your health matters: tuarascáil bhliantúil Phríomh-Dhoctúir Oifigiúil Thuaisceart Éireann. Béal Feirste: RSSSSP, 2007.
7. An Eagraíocht Dhomhanda Sláinte. Global strategy on diet, physical activity and health. An Ghinéiv: An Eagraíocht Dhomhanda Sláinte, 2004.
8. World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer research. Food, nutrition, physical activity and the prevention of cancer. A global perspective. Washington DC: American Institute for Cancer Research, 2007.
9. An Eagraíocht Dhomhanda Sláinte. World cancer report. An Ghinéiv: An Eagraíocht Dhomhanda Sláinte, 2003.
10. An Roinn Sláinte, Seirbhísí Sóisialta agus Sábháilteachta Poiblí. Your health matters: tuarascáil bhliantúil Phríomh-Dhoctúir Oifigiúil Thuaisceart Éireann. Béal Feirste: RSSSSP, 2006.
11. Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte. Child health and wellbeing: a report on eating habits, physical activity and the prevalence of obesity among children aged 8–11 in Northern Ireland. Á chló. Béal Feirste: Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte.
12. Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Staidreamh agus Thaighde. Northern Ireland Health and social wellbeing survey. Béal Feirste: Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Staidreamh agus Thaighde, 2007.
13. Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Staidreamh agus Thaighde. The young persons behaviour and attitudes survey of 11-16 year olds living in Northern Ireland. Béal Feirste: Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Staidreamh agus Thaighde, 2007.
14. An Roinn Sláinte. Food in schools toolkit (Foireann uirlisí Bia i scoileanna). Ar fáil ag www.foodinschools.org Rochtain déanta air 6 Deireadh Fómhair 2008.



Buíochas

Tá an t-ábhar i gcomhair Bia scoile: an treoirleabhar bunúsach curtha in oiriúint le caoinchead ó The food in schools toolkit a rinne an Roinn Sláinte (Sasana) in 2005.¹⁴

Is mian le Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte buíochas a ghlacadh leis na scoileanna, eagraíochtaí agus daoine aonair go léir a thug cabhair chun an treoirleabhar bunúsach seo a fhorbairt. Is mian linn buíochas a ghlacadh leis na grúpaí nó na heagraíochtaí seo a leanas freisin:

- *An School Food Trust* (An tIonntaobhas Bia Scoile) as cead a thabhairt A fresh look at the school meal experience a chur in oiriúint don leabhrán An taithí itheacháin i scoileanna a fheabhsú.
- *Northern Ireland Water* (Uisce Thuaisceart Éireann).
- Na bainisteoirí lónadóireachta agus comhairleoirí na mbord oideachais agus leabharlainne agus na Roinne Oideachais.
- Na hoifigigh sinsearach um chur chun cinn sláinte don fhiacloireacht pobail i dTuaisceart Éireann.
- Comhairle Churaclaim Scrúdúcháin agus Mheasúnaithe Thuaisceart Éireann.
- Na scoileanna agus na daltaí go léir a ghlac páirt inár seisiún fótagrafaíochta:
 - Bunscoil an Bhaile Chaoil, an Baile Meánach
 - Bunscoil Comhtháite Inis Ceithleann
 - Scoil Speisialta Harberton, Béal Feirste
 - Bunscoil an Fhionnachaidh, Béal Feirste
 - Coláiste Iósaf, Béal Feirste
 - Acadamh Phádraig, Dún Geanainn
 - Regent House, Baile Nua na hArda

Ba í Gníomhaireacht Thuaisceart Éireann um Chur chun Cinn na Sláinte a d'fhorbair an acmhainn seo ar dtús mar chuid den chlár Bia scoile: lánmharcanna. Fuair sí cómhaoiniú ón Roinn Oideachais agus ón Roinn Sláinte, Seirbhísí Sóisialta agus Sábháilteachta Poiblí.