unicef
for every child

Përmirësimi i ushqyerjes në shkolla
në Evropë dhe në Azinë Qendrore

Vlerësimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla në Kosovë



Përmirësimi i ushqyerjes në shkolla në Evropë dhe në Azinë Qendrore

Vlerësimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla në Kosovë[1]

Shtator 2026

1 *Të gjitha referencat për Kosovën bëhen në kuadër të Rezolutës 1244 (1999) të Këshillit të Sigurimit të Kombeve të Bashkuara*

Mirënjohje

Vlerësimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla në Kosovë është udhëhequr nga Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike të Kosovës (IKSHPK) në bashkëpunim me Ministrinë e Shëndetësisë, Ministrinë e Arsimit dhe Shkencës, Drejtorinë për Arsim të Komunës së Prishtinës dhe Këshillin e Prindërve.

Ky vlerësim është mbështetur në aspektin teknik nga UNICEF-i dhe Universiteti Deakin, me mbështetjen financiare të UNICEF-it.

Vlerësimi është kryer nën udhëheqjen e një Grupi Referues, i përbërë nga përfaqësues të Ministrisë së Shëndetësisë, Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës, Institutit Kombëtar të Shëndetësisë Publike të Kosovës, Drejtorisë për Arsim të Komunës së Prishtinës, Këshillit të Prindërve, UNICEF-it në Kosovë, ECARO-s së UNICEF-it, si dhe Institutit për Transformimin e Shëndetit të Universitetit Deakin.

Grupi hulumtues shpreh mirënjohjen e veçantë për Ministrinë e Shëndetësisë, Ministrinë e Arsimit dhe Shkencës, Institutin Kombëtar të Shëndetësisë Publike të Kosovës, Fakultetin e Mjekësisë dhe të gjitha Drejtoritë Komunale të Arsimit për udhëheqjen, koordinimin dhe mbështetjen e tyre gjatë gjithë procesit të vlerësimit.

Një falënderim i veçantë u drejtohet të gjitha shkollave dhe nxënësve pjesëmarrës, kontributi i të cilëve e bëri të mundur këtë vlerësim. Angazhimi i tyre ka siguruar dëshmi të vlefshme për të thelluar të kuptuarit e mjediseve të ushqyerjes në shkolla në Kosovë dhe për të siguruar informacion për zhvillimin e politikave dhe programeve të ardhshme që synojnë përmirësimin e shëndetit, ushqyerjes dhe mirëqenies së fëmijëve dhe të adoleshentëve.

Përmbajtja

Mirënjohje 2
Përmbledhje 4

Historiku 6
Qëllimi i studimit 11

Metodologjia 12
Miratimi etik 12
Dizajni i studimit 13
Instrumentet për mbledhjen e të dhënave 13
Përshtatja e NEAT-S 14
Strategjia për përzgjedhjen e mostrës 14
Rekrutimi dhe mbledhja e të dhënave 15
Analiza e të dhënave 16

Rezultatet 18
Anketa për mjedisin e ushqyerjes në shkollë dhe anketa e nxënësve 20
Fusha 1: Ushqimi me vlera ushqyese në shkolla 21
Fusha 2: Mjediset e shëndetshme të ushqimit dhe aktivitetit fizik 23
Fusha 3: Shërbimet e ushqyerjes 28
Fusha 4: Edukimi për ushqyerjen dhe aktivitetin fizik në kurrikulat shkollore 29

Pyetësori për cilësinë e dietës 30
Vëzhgime nga përvoja në terren 32

Implikimet dhe rekomandimet 33
Faktorët e suksesit në zbatimin e projektit dhe mësimet e nxjerra 38

Përfundimet 39

Referencat 40

Shtojcat 42
Shtojca A: Anketa NEAT-S për mjedisin e ushqyerjes 42
Shtojca B: Anketa NEAT-S për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve 52
Shtojca C: Pyetësori për cilësinë e dietës 54
Shtojca D: Përkufizimet e treguesve kryesorë 55
Shtojca E: Përkufizimet e treguesve të Pyetësorit për cilësinë e dietës 56
Shtojca F: Rezultatet e Anketës për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve 57
Shtojca G: Rezultatet e Pyetësorit për cilësinë e dietës 58
Shtojca H: Modelet e formularëve të pëlqimit 60
Shtojca I: Grupi punues për zbatimin e Vlerësimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla në Kosovë (NEATs) 65

Përmbledhje

Sjelljet lidhur me ushqyerjen dhe aktivitetin fizik, të formuara gjatë fëmijërisë dhe adoleshencës, kanë ndikim përgjatë gjithë jetës në shëndet, mirëqenie, rezultate të të nxënit dhe produktivitet. Në nivel global, dietat jo të shëndetshme, pasiviteti fizik dhe disponueshmëria gjithnjë e më e madhe e ushqimeve ultra të përpunuara po kontribuojnë në rritjen e barrës së mbipeshës, obezitetit dhe sëmundjeve jo të transmetueshme të lidhura me dietën te fëmijët dhe adoleshentët.[1] Shkollat njihen si një nga platformat më efektive për promovimin e mënyrave të shëndetshme të jetesës, duke pasur parasysh rolin e tyre unik në formimin e shprehive të përditshme të fëmijëve, zgjedhjeve ushqimore dhe mundësive për aktivitet fizik.[2]

Instrumenti për vlerësimin e mjedisit të ushqyerjes për shkolla (NEATs) është një metodologji vlerësimi e njohur në nivel global, e zhvilluar për të vlerësuar në mënyrë sistematike mjediset e ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkolla.[3] NEATs u mundëson vendeve të identifikojnë anët e forta, mangësitë dhe mundësitë brenda mjediseve shkollore, duke vlerësuar politikat, disponueshmërinë e ushqimit, infrastrukturën, edukimin për ushqyeshmërinë, qasjen në ujë të pijshëm dhe shërbime sanitare, si dhe mundësitë për aktivitet fizik. Gjetjet e gjeneruara përmes NEATs mbështesin politikëbërjen e bazuar në dëshmi, si dhe zhvillimin e ndërhyrjeve që nxisin mjedise shkollore më të shëndetshme për të gjithë fëmijët.

Në Kosovë, përmirësimi i ushqyerjes dhe mënyrave të shëndetshme të jetesës te fëmijët dhe adoleshentët janë bërë gjithnjë e më të rëndësishëm, ndërsa Kosova vazhdon të trajtojë sfidat ekzistuese të ushqyerjes, duke përfshirë praktikat jo optimale të ushqyerjes së foshnjave dhe fëmijëve të vegjël, pabarazitë në ushqyerje ndërmjet grupeve të cenueshme dhe nevojën për përmirësimin e cilësisë së dietës gjatë gjithë jetës.[5,13] Zbatimi i NEATs në Kosovë paraqet një mundësi të rëndësishme për të gjeneruar dëshmi të vlefshme në nivel vendi për mjediset e ushqyerjes në shkolla, si dhe për të mbështetur veprimin shumësektorial që përfshin sektorët e shëndetësisë, arsimit dhe qeverisjes lokale.

Vlerësimi identifikoi mundësi të konsiderueshme për përmirësimin e mjediseve të ushqyerjes në shkolla në mbarë Kosovën. Ndonëse ofrimi i shujtave në shkolla ishte i kufizuar, një shkollë që mori pjesë në një pilot projekt të mësimit tërëditor dëshmoi një qasje premtuese, të udhëhequr në nivel lokal, për ofrimin e shujtave dhe zamrave (mesvakteve) të shëndetshme për nxënësit gjatë gjithë ciklit të arsimit të detyrueshëm. Në përgjithësi, brenda shkollave nuk shitej ushqim, por aty ku ishte i disponueshëm, mbizotëronin opsionet jo të shëndetshme. Për më tepër, shumica e shkollave i lejonin nxënësit të dilnin nga hapësirat e shkollës gjatë orarit shkollor për të blerë ushqim dhe pije, ndërsa opsionet jo të shëndetshme ishin gjerësisht të disponueshme në pikat e afërta të shitjes me pakicë. Në të kundërt, marketingu i ushqimeve jo të shëndetshme brenda shkollave ishte i rrallë. Qasja në ujë të pijshëm të sigurt dhe në hapësira e pajisje të përshtatshme për aktivitet fizik ishte e pabarabartë, ndërsa disa shkollave u mungonin edhe ambientet për mbështetjen e nxënësve me nevoja të veçanta. Megjithatë, aktiviteti fizik i organizuar ishte qartazi

një pikë e fortë, pasi pothuajse të gjitha shkollat i përmbushnin kërkesat e kurrikulës. Ekzistojnë gjithashtu mundësi të rëndësishme për përmirësimin e edukimit për ushqyeshmërinë dhe të shërbimeve shëndetësore të ndërlidhura me ushqyerjen, të cilat ishin të kufizuara dhe zbatoheshin në mënyrë të fragmentuar nëpër shkolla.

Gjetjet nxjerrin në pah nevojën për një kornizë gjithëpërfshirëse të politikave dhe legjislacionit për të mbështetur mjedise më të shëndetshme të ushqyerjes në shkolla në Kosovë. Prioritetet përfshijnë krijimin gradual të një programi të shujtave ose zamrave në shkolla, të financuar nga fondet publike; vendosjen e standardeve të detyrueshme të ushqyerjes për ushqimet dhe pijet që ofrohen ose shiten në shkolla; si dhe kufizimin e shitjes dhe marketingut të produkteve jo të shëndetshme brenda dhe përreth shkollave. Nevojiten veprime të mëtejshme për të forcuar edukimin për ushqyerjen, për të siguruar qasje universale në ujë të pijshëm të sigurt, për të krijuar mekanizma të standardizuar referimi ndërmjet shkollave dhe shërbimeve të kujdesit parësor shëndetësor, si dhe për të investuar në infrastrukturë e ambiente të sigurta dhe gjithëpërfshirëse për aktivitet fizik. Këto veprime duhet të mbështeten me burime të mjaftueshme, udhëzime të qarta për zbatim dhe një kornize të monitorimit dhe llogaridhënies, e cila mundëson vlerësimin rutinor të mjediseve të ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkolla dhe përfshin përvojat e nxënësve. Aty ku është e realizueshme, treguesit e NEATs mund të integrohen në sistemet ekzistuese të informacionit të arsimit dhe shëndetësisë për të mbështetur monitorimin e vazhdueshëm dhe vendimmarrjen e mbështetur në dëshmi.

Duke u mbështetur në partneritetet e forta të krijuara përmes këtij vlerësimi, Kosova tani ka një mundësi të rëndësishme për t'i shndërruar këto dëshmi në veprime të koordinuara për krijimin e mjediseve shkollore më të shëndetshme që mbështesin shëndetin dhe mirëqenien e të gjithë fëmijëve dhe adoleshentëve.

Historiku

Kequshqyerja mbetet një nga kërcënimet më të ndjeshme për shëndetin dhe zhvillimin e fëmijëve në nivel global. Pavarësisht përparimit në disa fusha, miliona fëmijë vazhdojnë të përballen me ushqyerje të pamjaftueshme, mungesë të mikronutrientëve, mbipeshë dhe obezitet, shpesh brenda të njëjtave shtete dhe komunitete, duke ua cenuar shëndetin, zhvillimin, të nxënit dhe mirëqenien e tyre të ardhshme.[1] Në të gjithë Evropën dhe rajonin e Azisë Qendrore, më shumë se 1.8 milionë fëmijë nën moshën pesëvjeçare kanë ngecje në rritje, ndërsa afërsisht një në dhjetë fëmijë nën moshën pesëvjeçare dhe një në tre fëmijë të moshës 7–9 vjeç janë me mbipeshë ose obezitet.[2-4] Modelet jo të shëndetshme të ushqyerjes janë mjaft të përhapura, ndërsa të dhënat e Iniciativës për Mbikëqyrjen e Obezitetit në Fëmijëri (COSI) të vitit 2024 tregojnë se më shumë se gjysma e fëmijëve nuk konsumojnë fruta çdo ditë, dy të tretat nuk konsumojnë perime çdo ditë dhe një e treta konsumojnë pije freskuese më shumë se tri herë në javë.[3] Në Kosovë, gjetjet e Anketës së Treguesve të Shumëfishtë të vitit 2025 nxjerrin në pah krahas ushqyerjes së pamjaftueshme, edhe mbipeshën te fëmijët e vegjël. Përderisa 8 për qind e fëmijëve nën moshën pesëvjeçare janë me mbipeshë, vetëm 42 për qind e foshnjave të moshës 0–5 muaj ushqehen ekskluzivisht me gji dhe vetëm 35 për qind e fëmijëve të moshës 6–23 muaj ushqehen me një dietë minimale të pranueshme. Gjithashtu, pabarazitë e vazhdueshme mbeten të pranishme, ku ngecja në rritje prek 16 për qind të fëmijëve romë, ashkali dhe egjiptianë, krahasuar me 5 për qind të fëmijëve në nivel vendi, duke nënvizuar pabarazitë e vazhdueshme në ushqyerje mes grupeve të cenueshme të popullatës.[13]

Shkollat përbëjnë një mjedis me rëndësi kritike për ndërhyrjet e shëndetit publik, ku fëmijët dhe adoleshentët kalojnë një pjesë të konsiderueshme të ditës së tyre.[2] Mjedisi i ushqyerjes në shkollë (që përfshin ushqimet që ofrohen dhe shiten, politikat që rregullojnë ushqimin dhe aktivitetin fizik, si dhe edukimin dhe shërbimet që ofrohen) ndikon thellësisht në shprehitë ushqimore, nivelet e aktivitetit fizik dhe rezultatet afatgjata në shëndet.[6-7]

Dëshmitë globale tregojnë se programet gjithëpërfshirëse të shëndetit dhe ushqyerjes në shkolla mund të përmirësojnë ndjeshëm sjelljet ushqimore, nivelet e aktivitetit fizik, arritjet mësimore dhe mirëqenien e përgjithshme të fëmijëve.[8] Nisur nga kjo, Kosova është zotuar për përmirësimin e mjediseve shkollore më të shëndetshme përmes bashkëpunimit ndërmjet sektorëve të shëndetësisë dhe arsimit, me mbështetjen e partnerëve zhvillimorë, përfshirë UNICEF-in.

Konteksti i Kosovës

E shtrirë në Evropën Juglindore, Kosova ka një popullsi prej afërsisht 1.6 milionë banorësh sipas Regjistrimit të Popullsisë të vitit 2024.[9] Vendi klasifikohet nga Banka Botërore si ekonomi me të ardhura të mesme të larta dhe ka përjetuar një rritje të fuqishme ekonomike vitet e fundit, me një normë vjetore të rritjes së BPV-së prej

4.57%.[10] Pothuajse gjysma e popullsisë jeton në zona rurale, ndërsa ndryshimet demografike, duke përfshirë migrimin dhe urbanizimin, vazhdojnë të ndikojnë në zhvillimin social dhe ekonomik.

Kosova ka një popullsi relativisht të re, ku fëmijët dhe adoleshentët përbëjnë një pjesë të konsiderueshme të shoqërisë. Të dhënat e fundit tregojnë se afërsisht 26% e popullsisë është e moshës 0–18 vjeç, duke nxjerrë në pah përqindjen e lartë të fëmijëve dhe të rinjve në vend. [10] Gjatë dekadës së fundit, vendi ka shënuar përparim të rëndësishëm në forcimin e sistemeve të shëndetësisë dhe arsimit, duke përfshirë reformat e përqendruara në kujdesin parësor shëndetësor, shërbimet shëndetësore parandaluese dhe arsimin gjithëpërfshirës.[11] Pavarësisht këtyre përparimeve, vazhdojnë të ekzistojnë pabarazi në qasjen në shërbime cilësore dhe kushteve të shëndetshme të jetesës, veçanërisht mes grupeve të cenueshme dhe të margjinalizuara.

Ndryshimi i sistemeve ushqimore, urbanizimi në rritje dhe disponueshmëria gjithnjë e më e madhe e ushqimeve të përpunuara po ndikojnë në modelet e të ushqyerit dhe sjelljet që lidhen me mënyrën e jetesës te familjet dhe fëmijët. Këto prirje kontribuojnë në rritjen e barrës së mbipeshës, obezitetit dhe sëmundjeve jo të transmetueshme të lidhura me dietën. Në të njëjtën kohë, sëmundjet kardiovaskulare mbeten ndër shkaqet kryesore të sëmundshmërisë dhe vdekshmërisë në vend.[12]

Gjendja e ushqyerjes dhe e aktivitetit fizik gjatë fëmijërisë dhe adoleshencës

Kosova po përjeton ndryshime në dietë dhe mënyrën e jetesës, të karakterizuara nga rritja e konsumit të ushqimeve të përpunuara, sjelljet sedentare dhe ndryshimi i shprehive ushqimore te fëmijët dhe adoleshentët.[12] Sipas një raporti të fundit të Organizatës Botërore të Shëndetësisë, shkalla e mbipeshës dhe obezitetit është në rritje në të gjithë rajonin, e nxitur nga ndryshimi i mjediseve të ushqyerjes dhe shprehitë e gabuara ushqimore.[12] Kjo sfidë rëndohet nga barra e dyfishtë e kequshqyerjes që fillon në fëmijërinë e hershme. Gjetjet e MICS-it 2025 tregojnë se 42% e foshnjave të moshës 0–5 muaj ushqehen ekskluzivisht me gji, ndërsa vetëm 35% e fëmijëve të moshës 6–23 muaj ushqehen me një dietë minimale të pranueshme, çka tregon sfida të vazhdueshme në praktikat e ushqyerjes së foshnjave dhe fëmijëve të vegjël. Cilësia e dietës mbetet shqetësuese, pasi 57% e fëmijëve të moshës 6–23 muaj konsumojnë ushqime jo të shëndetshme dhe 42% konsumojnë pije të ëmbla, ndërsa te fëmijët romë, ashkali dhe egjiptianë këto përqindje rriten përkatësisht në 80% dhe 72%. Megjithëse ngecja e përgjithshme në rritje te fëmijët nën moshën pesëvjeçare mbetet relativisht e ulët, në 5%, kequshqyerja kronike prek në mënyrë joproporcionale fëmijët romë, ashkali dhe egjiptianë, ndër të cilët 16% kanë ngecje në rritje, krahasuar me 5% në popullatën e përgjithshme, duke nxjerrë në pah pabarazitë e vazhdueshme në ushqyerje. Në të njëjtën kohë, 8% e fëmijëve nën moshën pesëvjeçare janë me mbipeshë, duke nënvizuar krahas ushqyerjes së pamjaftueshme dhe mbipeshës, edhe kompleksitetin në rritje të sfidave të ushqyerjes në Kosovë. [13]

Kur fëmijët hyjnë në sistemin shkollor, zgjedhjet e gabuara ushqimore i përkeqësojnë më tej këto rreziqe shëndetësore. Për më tepër, një vlerësim i vitit 2023 tregon se në dietat në shkollat fillore mbizotërojnë dukshëm artikujt jo të shëndetshëm, si produktet e brumit, ëmbëlsirat dhe lëngjet me sheqer, ndërsa opsionet e pasura me lëndë ushqyese pothuajse mungojnë tërësisht.[15] Këto shprehi ndikohen fuqishëm

nga mjedisi tregtar në afërsi, ku 62% e prindërve në këtë studim raportojnë se kioskat dhe supermarketet pranë shkollave shesin kryesisht zamra dhe pije jo të shëndetshme. Megjithëse 79% e prindërve besojnë se përgatitja e ushqimit në shtëpi është financiarisht më e përballueshme, vetëm 33% e bëjnë vërtet këtë, duke përmendur shpesh mungesën e mensave të përshtatshme shkollore si pengesën kryesore për shprehi më të shëndetshme. Për më tepër, me kalimin e të rinjve në adoleshencë, konsumi i pakontrolluar i pijeve energjike është shfaqur si një shqetësim në rritje për shëndetin publik. Në fund të fundit, ulja e varësisë së fëmijëve nga ushqimet ultra të përpunuara, me përmbajtje të lartë kripe, yndyre dhe sheqeri, duke trajtuar njëkohësisht konsumin e përhapur të pijeve energjike, mbetet një objektiv kyç për Kosovën për të ndalur prirjen e vazhdueshme në rritje të obezitetit te fëmijët dhe të sëmundjeve metabolike të lidhura me të.

Sistemi arsimor në Kosovë

Sistemi arsimor në Kosovë ndjek Klasifikimin Standard Ndërkombëtar të Arsimit (ISCED 2011) dhe përcakton arsimin e detyrueshëm për fëmijët dhe adoleshentët nga klasa 1 deri në klasën 9. Sistemi ndahet në katër nivele kryesore:



Edukimi parashkollor (për fëmijët nën moshën 6 vjeç), i cili përfshin programe parashkollore dhe parafillore për përgatitjen e fëmijëve për shkollë



Arsimi fillor (klasat 1-5, përafërsisht moshat 6-10 vjeç), i cili shënon fillimin e arsimit të detyrueshëm



Arsimi i mesëm i ulët (klasat 6-9, përafërsisht moshat 11-14 vjeç), i cili përmbyll ciklin e detyrueshëm



Arsimi i mesëm i lartë (klasat 10-12, përafërsisht moshat 15-17 vjeç), i cili nuk është i detyrueshëm, por ndiqet gjerësisht.

Në të gjithë vendin ka 833 shkolla fillore dhe të mesme të ulëta (nga të cilat 624 shkolla amë dhe 209 paralele të ndara), 120 shkolla të mesme të larta (105 shkolla amë dhe 15 paralele të ndara) dhe 6 shkolla për arsimin special.[16]

Pavarësisht rregulloreve ekzistuese dhe zotimeve të mëparshme politike, Kosova aktualisht nuk ka një program universal të ushqyerjes në shkolla për shkak të shkurtimeve buxhetore dhe pengesave operative komunale. Rrjedhimisht, ofrimi i shujtave në shkolla është shumë i decentralizuar. Përderisa disa komuna ofrojnë në mënyrë të pavarur shujta ditore falas për nxënësit e arsimit fillor, shumica dërrmuese e shkollave nuk mund të ofrojnë programe formale për shkak të infrastrukturës së papërshtatshme (si mensat) dhe mungesës së personelit të trajnuar për ushqyerjen. Ndonëse disa komuna kanë ndërmarrë nisma në shkallë të vogël ose pilot projekte, si për shembull krijimi i mensave shkollore në zona të caktuara urbane - ende nuk ekziston një program i standardizuar i ushqyerjes në shkolla në mbarë Kosovën. Dëshmitë nga vlerësimi i Ubo Consulting i vitit 2023

tregojnë se praktikat ndryshojnë në mënyrë të ndjeshme ndërmjet komunave, ku në shumicën e shkollave ushqimi merret nga shtëpia ose blihet në dyqanet e afërta. Në këto mjedise, ushqyerja e nxënësve varet kryesisht nga burimet dhe zgjedhjet ushqimore të ekonomive familjare, ndërsa shumë fëmijë përdorin paratë e xhepit për të blerë ushqime ultra të përpunuara nga shitësit lokalë gjatë pushimeve.[15]

Politikat dhe ligjet përkatëse për mjedisin e ushqyerjes në shkolla

Institucionet qendrore të Kosovës kanë dëshmuar një përkushtim në rritje për përmirësimin e mirëqenies së fëmijëve përmes një kornize gjithëpërfshirëse ligjore dhe të politikave; megjithatë, zbatimi praktik i këtyre rregulloreve në nivel komunal dhe shkollor mbetet i fragmentuar dhe, në disa raste, ka mangësi të theksuara. Një komponent kyç i kësaj kornize është Udhëzimi Administrativ (MASHT) Nr. 03/2019 për të Ushqyerit e Shëndetshëm të Fëmijëve në Institucionet Edukative Arsimore Aftësuese të Arsimit Parauniversitar, i cili paraqet kornizën kryesore rregullatore të ushqyerjes së shëndetshme brenda shkollave dhe institucioneve parashkollore. Akti nënligjor (Udhëzimi Administrativ Nr. 03/2019) përcakton standardet për të ushqyerit e shëndetshëm në institucionet parauniversitare, promovon të ushqyerit e shëndetshëm, ndalon ushqimet jo të shëndetshme dhe i inkurajon fëmijët të marrin ushqim të përgatitur në shtëpi. Megjithatë, kjo mund të krijojë pabarazi në qasjen e fëmijëve në mjedise me ushqyerje të shëndetshme. [17]

Në vitin 2021, MSH-ja, përmes IKSHPK-së, në bashkëpunim me MASH-in dhe institucionet e tjera përkatëse, hartoi udhëzues dhe meny për të ushqyerit e shëndetshëm në institucionet e kujdesit dhe edukimit parashkollor për fëmijët e moshës 0–6 vjeç. Pandemia COVID-19 e vonoi hartimin e udhëzuesve dhe menyve për nxënësit e arsimit fillor, të mesëm të ulët dhe të mesëm të lartë.

Sistemi arsimor është formalisht i centralizuar për sa i përket zhvillimit të politikave (ligjet kornizë, strategjitë dhe kurrikulat përcaktohen në nivel vendi), por zbatimi i tyre është kryesisht i decentralizuar te Drejtoritë Komunale për Arsim (DKA) dhe shkollat veç e veç. Kjo strukturë qeverisëse shkakton dallime të theksuara në mënyrën se si politikat zbatohen në terren.[18] Korniza e normave përcaktohet nga *Ligji Nr. 04/L-032 për Arsimin Parauniversitar në Republikën e Kosovës*[19], i cili prezanton konceptin gjithëpërfshirës të "shkollave të shëndetshme". Në bazë të autorizimit nga *Ligji për Shëndetësi Publike*, Ministria e Shëndetësisë (MSH) dhe Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike të Kosovës (IKSHPK) kanë për detyrë të bashkëpunojnë për hartimin e udhëzuesve të ushqyerjes. Brenda sektorit të arsimit, Ministria e Arsimit dhe Shkencës (MASH) është përgjegjëse për zhvillimin e politikave, kurrikulat dhe planifikimin strategjik, ndërsa Drejtoritë Komunale për Arsim janë përgjegjëse për zbatimin, monitorimin në nivel lokal dhe menaxhimin e burimeve brenda shkollave.[20] Udhëzimi Administrativ kërkon më tej që Drejtoritë Komunale për Arsim të monitorojnë zbatimin e masave për të ushqyerit e shëndetshëm, të koordinojnë aktivitetet e promovimit shëndetësor, të mbështesin vizitat sistematike shëndetësore në shkolla dhe të sigurojnë që shkollat të ofrojnë ambiente dhe kushte të përshtatshme për konsumimin e ushqimit të shëndetshëm.

Në nivel shkolle, drejtorët dhe personeli mësimdhënës janë përgjegjës për jetësimin e këtyre kornizave në praktikën e përditshme, duke përfshirë promovimin e të ushqyerit të shëndetshëm, lehtësimin e aktivitetit fizik dhe bashkëpunimin me prindërit. Megjithatë, mungesa e përgjegjësive operative të përcaktuara qartë, buxheteve të dedikuara dhe personelit të specializuar, veçanërisht në nivel komunal

dhe shkollor, shpesh e kufizon zbatimin efektiv.[22] Sipas Udhëzimit Administrativ Nr. 03/2019, drejtorët e shkollave janë veçanërisht përgjegjës për integrimin e aktiviteteve të të ushqyerit të shëndetshëm në planet zhvillimore të shkollave, në aktivitetet kurrikulare dhe jashtëkurrikulare, si dhe për të siguruar që ushqimet dhe pijet jo të shëndetshme të mos promovohen dhe të mos shiten brenda hapësirave të shkollës. Mësimdhënësve u kërkohet të inkurajojnë zgjedhje të shëndetshme ushqimore, të promovojnë konsumimin e ujit dhe të mbështesin aktivitetet e edukimit për ushqyerjen me nxënësit dhe prindërit.

Brenda sistemit arsimor, përderisa *Strategjia e Arsimit 2022–2026* [22] e trajton ushqyerjen kryesisht përmes trajnimit të personelit, kurrikula e klasës së 5-të i jetëson në mënyrë aktive këto synime, duke i edukuar nxënësit për sigurinë e ushqimit, planet personale të ushqyerjes së shëndetshme dhe rreziqet e substancave të dëmshme, siç janë pijet energjike. Paralelisht me këtë, *Strategjia Sektoriale e Shëndetësisë 2025–2030* [23] promovon programe shëndetësore në shkolla dhe mënyra aktive të jetesës dhe aktualisht është në proces të hartimit të një Plani të dedikuar për Shëndetin e Nënës dhe Fëmijës. Pavarësisht kësaj kornize të fortë të politikave, zbatimi varet shumë nga kapacitetet dhe përcaktimi i prioriteteve në nivel komunal. Dëshmitë sugjerojnë se koordinimi ndërmjet institucioneve qendrore (MASH, MSH), Drejtorive Komunale për Arsim dhe shkollave mbetet i fragmentuar, duke çuar në mangësi në zbatim, dallime ndërmjet komunave dhe mekanizma të kufizuar të llogaridhënies. [21]

Përveç politikave në shkolla, Kosova ka zbatuar ndërhyrje më të gjera të ushqyerjes në kuadër të shëndetit publik, të cilat synojnë parandalimin e mungesës së mikronutrientëve. Kosova ka vendosur jodizimin e kripës si një ndërhyrje të rëndësishme të shëndetit publik për parandalimin e çrregullimeve të shkaktuara nga mungesa e jodit dhe përmirësimin e gjendjes së ushqyerjes së popullatës. Përparimi në reduktimin e mungesës së jodit është dokumentuar përmes përpjekjeve të monitorimit dhe mbikëqyrjes. Rëndësia e kripës së jodizuar pasqyrohet në politikat e ushqyerjes dhe është përfshirë në kornizat e vlerësimit për programet e ushqyerjes në shkolla.[25] Një komponent kyç i kësaj kornize është Ligji Nr. 04/L-114 për Pasurimin e Miellit (2012), i cili përcaktoi pasurimin e detyrueshëm të miellit të grurit të tipeve 400 dhe 500 me hekur dhe acid folik si masë e shëndetit publik. Ligji synon të parandalojë dhe zvogëlojë sëmundjet e shkaktuara nga mungesa e hekurit dhe acidit folik, si dhe kërkon që i gjithë mielli i prodhuar ose i importuar në Kosovë të pasurohet në përputhje me këto kërkesa. Legjislacioni lejon gjithashtu pasurim shtesë me vitaminë A, vitaminë B12 dhe zink, bazuar në nevojat ushqyese. Për më tepër, ligji kërkon monitorim, kontroll të cilësisë dhe respektim të kërkesave në të gjitha sistemet e prodhimit, importimit dhe shpërndarjes, duke siguruar që mielli i pasuruar të arrijë te qytetarët si një ndërhyrje e ushqyerjes që mbulon të gjithë popullatën.[26] Këto ndërhyrje me mikronutrientë në nivel popullate i plotësojnë politikat e ushqyerjes në shkolla, duke përmirësuar vlerën ushqyese të artikujve bazë ushqimorë që konsumohen zakonisht nga fëmijët dhe adoleshentët, si dhe kontribuojnë në përpjekjet më të gjera të Kosovës për të trajtuar mungesën e mikronutrientëve dhe për të përmirësuar rezultatet e shëndetit publik.

Për të kapërcyer këtë hendek kyç në zbatim dhe për t'i unifikuar këto korniza ndërsektoriale, *Plani i Veprimit për të Ushqyerit Shëndetshëm 2027–2029* [27] u hartua me mbështetjen teknike të UNICEF-it. Një prioritet kyç i Planit të Veprimit është mbledhja e të dhënave bazë të besueshme për mjediset ushqimore, praktikat e ushqyerjes dhe mundësitë për aktivitet fizik në shkolla. Kornizat aktuale

të politikave kërkojnë që shkollat të ofrojnë së paku 90 minuta edukatë fizike (EF) të organizuar dhe aktivitet fizik në javë. Në praktikë, kjo përkthehet në afërsisht një orë mësimore 45minutësh për çdo cikël të orarit shkollor, e plotësuar me 45 minuta shtesë në javë, varësisht nga orari i shkollës dhe niveli i klasës. Përveç orëve formale të EF-së, kurrikula gjithashtu i inkurajon shkollat të promovojnë aktivitetin fizik përmes aktiviteteve jashtëkurrikulare dhe mundësive të tjera për aktivitet fizik gjatë orarit shkollor. [28] Këto të dhëna synojnë të mbështesin monitorimin dhe llogaridhënien, të shërbejnë për orientimin e politikave dhe programeve të bazuara në dëshmi, si dhe të ndihmojnë për të siguruar që shkollat të ofrojnë mjedise që promovojnë dhe mbrojnë shëndetin e të gjithë nxënësve. Vlerësimi NEATs kontribuon drejtpërdrejt në këtë objektiv përmes gjenerimit të dëshmive bazë gjithëpërfshirëse mbi gjendjen aktuale të mjediseve të ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkollat e Kosovës.

Agjencitë globale të shëndetësisë pranojnë se sjelljet ushqimore dhe shëndeti i fëmijëve formësohen nga mjediset në të cilat ata jetojnë, mësojnë dhe luajnë. Këto agjenci vazhdimisht kanë bërë thirrje për marrjen e masave për mbrojtjen e fëmijëve nga mjediset që nxisin dieta jo të shëndetshme, përfshirë disponueshmërinë e gjerë, marketingun dhe promovimin e ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme brenda dhe përreth shkollave.[29-30] Prandaj, konsolidimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla njihet si një strategji kyçe për përmirësimin e shëndetit të fëmijëve, mbështetjen e zhvillimit të shëndetshëm dhe parandalimin e obezitetit dhe sëmundjeve jo të transmetueshme të lidhura me dietën. Në këtë kontekst, krijimi i mjediseve ushqimore më të shëndetshme në shkolla në Kosovë duhet të konsiderohet prioritet i shëndetit publik.

Qëllimi i studimit

Objektivi kryesor i këtij studimi është të vlerësojë cilësinë e ushqyerjes në shkolla dhe mjedisin e të nxënit për të mbështetur zhvillimin e politikave, planifikimin e programeve dhe përpjekjet e monitorimit në nivel vendi dhe komunal.

Objektivat specifike të vlerësimit janë:

- Të vlerësohen ofrimi, infrastruktura dhe vlera ushqyese e programeve të ushqyerjes në shkolla.
- Të vlerësohen mjediset e ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkolla, përfshirë disponueshmërinë e ushqimeve të shëndetshme dhe jo të shëndetshme brenda dhe përreth shkollave, qasjen në ujë të pijshëm të sigurt, si dhe disponueshmërinë dhe gjendjen e objekteve sportive dhe këndeve të lojërave.
- Të vlerësohen përfshirja e edukimit ushqimor në kurrikulë dhe disponueshmëria e shërbimeve shëndetësore të ndërlidhura me ushqyerjen në shkolla.
- Të vlerësohen cilësia e dietës së nxënësve, si dhe njohuritë dhe qëndrimet e tyre për ushqyerjen.
- Të hartohen rekomandime të bazuara në dëshmi për forcimin e politikave dhe programeve dhe për përmirësimin e mjediseve të ushqyerjes dhe shëndetit në shkolla.

Metodologjia

Vlerësimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla u zhvillua gjatë viteve 2025–2026 duke përdorur një kornizë metodologjike të standardizuar, me përshtatje sipas kontekstit aty ku ishte e nevojshme. Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike të Kosovës, së bashku me Ministrinë e Shëndetësisë, Ministrinë e Arsimit dhe Shkencës, Fakultetin e Mjekësisë të Universitetit të Prishtinës dhe Zyrën e UNICEF-it në Kosovë, në bashkëpunim me ekipin hulumtues nga Universiteti Deakin (Australi), zhvilluan dhe miratuan bashkërisht qasjen dhe metodologjinë për kryerjen e vlerësimit në Kosovë.

Miratimi etik

Miratimi etik në nivel projekti u dha nga Komiteti i Etikës për Hulumtimet me Pjesëmarrje Njerëzore i Universitetit Deakin (2025/HE000294). Në Kosovë, miratimi etik për studimin u dha nga Bordi i Shqyrtimit Institucional i Health Media Lab (HML IRB), i kontraktuar nga selia qendrore e UNICEF-it, më 1 mars 2026, me vlefshmëri deri më 28 shkurt 2027. Miratim etik shtesë dhe leje institucionale u siguruan nga Komiteti i Etikës i Fakultetit të Mjekësisë të Universitetit të Prishtinës, me numër reference 11064 /26, dhe nga Oda e Mjekëve të Kosovës, me numër reference 112/26.

Studimi mori miratimin dhe mbështetjen e Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës, Ministrisë së Shëndetësisë dhe Drejtorive Komunale për Arsim në të gjitha komunat pjesëmarrëse. Si pjesë e procesit të koordinimit, Ministria e Arsimit dhe Shkencës i njoftoi zyrtarisht të gjitha Drejtoritë Komunale për Arsim përmes komunikimit zyrtar (postës elektronike) për studimin dhe punën e planifikuar në terren. Pas këtij miratimi, grupi hulumtues vendosi kontakt të drejtpërdrejtë me shkollat veç e veç përmes Drejtorive përkatëse, duke e përdorur këtë miratim institucional si bazë për angazhim dhe qasje në terren.

Më pas, të gjitha shkollave pjesëmarrëse u vunë në dispozicion informacione të hollësishme mbi procedurat e studimit, si dhe u shpërndanë formularët e pëlqimit formal.

Para pjesëmarrjes, nga administratorët e shkollave dhe prindërit/kujdestarët u sigurua pëlqimi i informuar me shkrim, ndërsa nga fëmijët pjesëmarrës u sigurua pajtimi i informuar. Të gjitha procedurat e pëlqimit dhe pajtimit u zbatuan në përputhje me kërkesat e organeve përkatëse të shqyrtimit etik dhe siguruan që pjesëmarrja të ishte vullnetare dhe e bazuar në informacion të mjaftueshëm për studimin.

Mbledhja e të dhënave përfshiu pyetësorë dhe vëzhgime të strukturuara, të realizuara përmes metodave në letër dhe elektronike. Të gjitha të dhënat u mblodhën, u ruajtën dhe u përpunuan në përputhje me parimet e përcaktuara etike, duke përfshirë respektimin e individit, privatësinë, konfidencialitetin dhe sigurinë e të dhënave. Të dhënat e pjesëmarrësve u trajtuan si konfidenciale dhe u raportuan në atë mënyrë që të ruanin anonimitetin e të anketuarve. Të gjitha të dhënat u përdorën vetëm për qëllime të hulumtimit, analizës dhe raportimit.

Dizajni i studimit

Studimi përdori një dizajn transversal, duke përdorur instrumente anketimi për vlerësimin e mjediseve të ushqyerjes në shkolla. Kjo përfshin vlerësimin e mjedisit të ushqyerjes në shkollë, perceptimet e nxënësve mbi këtë mjedis, si dhe cilësinë e dietës së nxënësve.

Instrumentet për mbledhjen e të dhënave

Vlerësimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla u krye duke përdorur Paketën e instrumenteve për vlerësimin e mjedisit të ushqyerjes për shkolla (NEATs). NEATs përbëhet nga dy instrumente anketimi: Anketa për mjedisin e ushqyerjes në shkollë dhe Anketa për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve. Kjo paketë instrumentesh është hartuar për të standardizuar vlerësimin e mjediseve të ushqyerjes në shkolla dhe për të gjeneruar dëshmi me rëndësi për politikat, që të shërbejnë si bazë për veprimet në nivel shkollor, lokal e qëndror, me qëllim krijimin e mjediseve më të shëndetshme për fëmijët dhe adoleshentët. Instrumentet e anketimit të NEATs e vlerësojnë mjedisin e ushqyerjes në shkollë në katër fusha kyçe (**Tabela 1**).

Tabela 1: Katër fushat e NEATs

Fusha	Përshkrimi
Ushqimi me vlera ushqyese në shkolla	Vlerëson sa të shëndetshme janë shujtat dhe zamrat në kuadër të programeve shkollore, si dhe praktikat e prokurimit për këto programe
Mjediset e shëndetshme të ushqimit dhe aktivitetit fizik në shkolla	Vlerëson disponueshmërinë dhe promovimin e ushqimeve jo të shëndetshme dhe të shëndetshme që mund të blihen brenda dhe përreth shkollave. Përfshin gjithashtu fascilitimin dhe promovimin e aktivitetit fizik.
Shërbimet e ushqyerjes në shkolla	Vlerëson nëse shkollat kanë një procedurë formale për identifikimin e nxënësve me kequshqyerje në të gjitha format e saj dhe referimin e tyre në shërbimet shëndetësore.
Edukimi për ushqyerjen në kurrikulën shkollore	Vlerëson edukimin për ushqyerjen dhe aktivitetin fizik që ofrohet brenda kurrikulës shkollore

Përveç kësaj, vlerësimi përfshiu Pyetësorin për cilësinë e dietës (DQQ). I zhvilluar nga Aleanca Globale për Përmirësimin e Ushqyerjes (GAIN) dhe partnerët, DQQ-ja është një instrument i verifikuar për vlerësimin e dietës, i cili përdoret për matjen e cilësisë së dietës në nivel popullate. Ai mbledh informacione për diversitetin e dietës, konsumin e frutave dhe perimeve, konsumin e ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme, marrjen e ushqimeve ultra të përpunuara dhe modelet e përgjithshme të të ushqyerit. Për përshkrimin e instrumenteve të mbledhjes së të dhënave të përdorura në Kosovë, shihni **Tabelën 2**.

Përshtatja e NEAT-S

Para mbledhjes së të dhënave, instrumentet e NEAT-S u shqyrtuan dhe u përshtatën për përdorim në Kosovë. Grupi Referues bashkëpunoi me palë të tjera të interesit nga sektorët e shëndetësisë, arsimit dhe shkollave për të shqyrtuar e përmirësuar qasjen e vlerësimit dhe instrumentet e anketimit. Ky proces siguroi që instrumentet të pasqyronin kontekstin lokal të politikave dhe mjedisit shkollor, duke ruajtur përputhshmërinë me kornizën bazë të NEAT-S. Si rezultat i këtij procesi u hartuan versionet e përshtatura për Kosovën të Anketës për mjedisin e ushqyerjes në shkollë (**Shtojca A**), Anketës për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve (**Shtojca B**), si dhe Pyetësorit për cilësinë e dietës (**Shtojca C**). Instrumentet përfundimtare të anketimit u përkthyen në gjuhën shqipe.

Strategjia për përzgjedhjen e mostrës

U përcaktua se një mostër prej 60 shkollash ishte njëkohësisht e realizueshme brenda burimeve të disponueshme dhe e mjaftueshme për të ofruar të dhëna përmbajtjesore për mjediset e ushqyerjes në shkolla në Kosovë. Mostra u strukturua në atë mënyrë që të arrijë përfaqësim të gjerë gjeografik në të shtatë rajonet e Kosovës (Ferizaj, Gjakovë, Gjilan, Mitrovicë, Pejë, Prishtinë dhe Prizren), duke siguruar njëkohësisht përfaqësim afërsisht të barabartë të shkollave urbane e rurale, si dhe përfshirjen e niveleve të arsimit fillor/të mesëm të ulët dhe të mesëm të lartë. Për përzgjedhjen e shkollave, Ministria e Arsimit dhe Shkencës ia ofroi listën e të gjitha shkollave në Kosovë ekipit të UNICEF-it në Kosovë, i cili më pas e ndau informacionin me Universitetin Deakin. Lista përmbante statusin rural ose urban të secilës shkollë, llojin e shkollës (fillore/e mesme e ulët ose e mesme e lartë) dhe rajonin. Bazuar në këtë informacion, Universiteti Deakin i përzgjodhi shkollat në mënyrë të rastësishme sipas shtresave të paracaktuara të mostrës.

Nxënësit e klasave të përzgjedhura brenda secilës shkollë pjesëmarrëse u ftuan të plotësonin anketën e nxënësve dhe Pyetësorin për cilësinë e dietës (DQQ). Për të minimizuar pengimin e aktiviteteve të mësimdhënies dhe të nxënit, drejtorëve të shkollave iu kërkua të identifikonin një ose më shumë klasa që mund të merrnin pjesë me sa më pak ndërprerje të orarit shkollor. Në shumicën e shkollave u përzgjodhën dy klasa; megjithatë, në disa prej tyre, veçanërisht në zonat rurale me numër më të vogël nxënësish, u përfshinë tri klasa për të siguruar një vëllim të mjaftueshëm të mostrës.

Tabela 2: Përshkrimi i instrumenteve për mbledhjen e të dhënave

Instrumenti për mbledhjen e të dhënave	Përshkrimi
Anketa NEAT-S për mjedisin e ushqyerjes në shkollë	Anketa për mjedisin e ushqyerjes në shkollë kombinonte pyetje me zgjedhje alternative dhe pyetje të hapura, të realizuara në dy mënyra: përmes një interviste me një administrator të shkollës dhe vëzhgimit të drejtpërdrejtë të mjedisit shkollor. Seksioni i anketës për administratorin e shkollës u plotësua përmes një interviste të kryer nga ekipi hulumtues me administratorin/ administratorët e caktuar të shkollës. Ai përfshinte pyetje për programet e shujtave dhe zamrave në shkolla (p.sh. politikat, strukturat e financimit e të prokurimit, si dhe ambientet përkatëse), politikat dhe kurrikulën që lidhen me ushqyerjen dhe aktivitetin fizik, si dhe shërbimet shëndetësore të ndërlidhura me ushqyerjen. Seksioni i vëzhgimit të drejtpërdrejtë u plotësua nga grupi hulumtues gjatë lëvizjes nëpër shkollë dhe zonën rreth saj, duke dokumentuar veçoritë e mjedisit të ushqyerjes në shkollë, përfshirë llojet e ushqimeve të ofruara në programet e shujtave dhe zamrave, ushqimet dhe pijet e disponueshme për blerje, prania e marketingut të ushqimit në hapësirat e shkollës, si dhe qasshmëria e ushqimeve me përmbajtje të lartë të yndyrës, sheqerit dhe kripës pranë shkollave. Përveç kësaj, u vlerësua qasja në ujë të pijshëm të sigurt dhe mjedisi lidhur me mundësitë për aktivitet fizik.
Anketa NEAT-S për qëndrimet dhe perceptimet e nxënësve	Anketa e nxënësve përfshinte një sërë pohimesh të hartuara për të kuptuar mendimet e tyre lidhur me atë se sa i shëndetshëm është mjedisi i ushqyerjes dhe aktivitetit fizik brenda shkollës së tyre, si dhe perceptimet lidhur me veprimet që mund ta përmirësojnë mjedisin e ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkollë. Nxënësit vlerësuan 19 pohime në një shkallë Likert me 5 nivele për të shprehur pajtimin ose mospajtimin e tyre me secilin pohim. Nxënësit e plotësuan anketën gjatë orës së mësimit, ku intervistuesit ndihmonin në interpretimin dhe kuptimin e pyetjeve, kur kjo ishte e nevojshme. Brenda secilës shkollë, nxënësit e një deri në dy klasave u ftuan ta plotësonin anketën. Përzgjedhja e nivelit të klasës varej nga konteksti i vendit, si dhe nga mundësia e realizimit brenda shkollës.
Pyetësori për cilësinë e dietës (DQQ)	Pyetësori për cilësinë e dietës (DQQ) është një instrument i standardizuar prej 29 pyetjesh, i cili përmban pyetje me përgjigje po/jo rreth konsumimit të grupeve të veçanta ushqimore gjatë 24 orëve të fundit. Grupet ushqimore të përfshira mund të përdoren për të përcaktuar plotësimin e nevojave për lëndë ushqyese dhe mbrojtjen nga sëmundjet jo të transmetueshme, duke përfshirë si faktorët pozitivë, po ashtu edhe faktorët negativë të rrezikut.

Rekrutimi dhe mbledhja e të dhënave

Pas miratimit nga Ministria e Arsimit dhe Shkencës, e cila i njoftoi zyrtarisht të gjitha Drejtoritë Komunale për Arsim përmes postës elektronike për studimin dhe punën e ardhshme në terren, mbledhësit e të dhënave koordinuan qasjen në shkolla përmes këtyre drejtorive. Ky miratim institucional shërbeu si bazë për kontaktimin e shkollave veç e veç dhe fillimin e procedurave të pjesëmarrjes.

Shkollat e përzgjedhura u kontaktuan nga grupi hulumtues lokal dhe u ftuan të merrnin pjesë në vlerësim. Me miratimin e drejtorit të shkollës, u caktua një kohë e përshtatshme për vizitën në shkollë dhe shkollave iu dorëzuan formularët e pëlqimit prindëror për t'ua shpërndarë prindërve/kujdestarëve. Për plotësimin e NEATs kërkoheshin katër nivele pëlqimi.

1. **Shkolla:** Udhëheqësit/drejtorit të shkollës i kërkohej të jepte pëlqimin për pjesëmarrjen e shkollës dhe nxënësve të saj në anketë;
2. **Administratori i shkollës:** Pasi sigurohej pëlqimi i shkollës, drejtori i shkollës caktonte një administrator të shkollës për ta plotësuar anketën në ditën e mbledhjes së të dhënave. Këtij personi i kërkohej të jepte pëlqimin e informuar para plotësimit të anketës;
3. **Prindërit/Kujdestarët:** Që nxënësit ta plotësonin anketën, paraprakisht sigurohej pëlqimi nga prindi ose kujdestari i tyre. Një fletë informuese dhe një formular pëlqimi dërgoheshin në shtëpi, që prindërit/kujdestarët t'i nënshkruanin dhe t'i kthenin para ditës së mbledhjes së të dhënave;
4. **Nxënësit:** Para plotësimit të anketës së nxënësve, edhe nxënësve u kërkohej ta konfirmonin pëlqimin e tyre.

Mbledhja e të dhënave u krye në mes të marsit dhe majit të vitit 2026. Dy mbledhës të të dhënave, të cilët ishin anëtarë të grupit hulumtues, vizituan secilën shkollë pjesëmarrëse, dhe aktivitetet e mbledhjes së të dhënave zakonisht zgjatnin nga një deri në dy orë e gjysmë. Anketa për mjedisin e ushqyerjes në shkollë u realizua përmes intervistave me një administrator të shkollës (p.sh. drejtorin ose një anëtar tjetër të personelit përgjegjës për politikat dhe praktikat e ndërlidhura me ushqyerjen), të plotësuara me vëzhgim të drejtpërdrejtë të mjedisit shkollor dhe zonës përreth. Përgjigjet u regjistruan në mënyrë elektronike dhe u hodhën drejtpërdrejt në platformën Qualtrics.

Anketa për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve dhe DQQ-ja u realizuan në format letre te nxënësit që kishin marrë pëlqimin e prindërve/kujdestarëve dhe kishin dhënë pajtimin e tyre për pjesëmarrje. U mblodh informacion për moshën dhe gjininë e nxënësve; nuk u regjistrua asnjë informacion personal identifikues. Anketat e plotësuara në letër më pas u reflektuan në platformën Qualtrics për analizë.

Analiza e të dhënave

Të dhënat sasiore u analizuan duke përdorur metoda statistikore përshkruese. U llogaritën numërimet dhe përqindjet e papeshuara të përgjigjeve për secilën pyetje. Për anketën e shkollës, nga rezultatet u nxorën treguesit bazë të paracaktuar. Për përkufizimet e secilit tregues kryesor, shihni **Shtojcën D**.

Për anketat e nxënësve, përgjigjet u grupuan në tri kategori: 'Pajtohem plotësisht/Pajtohem', 'Neutral', 'Nuk pajtohem aspak/Nuk pajtohem'.

Analiza e DQQ-së u krye në përputhje me udhëzimet e Projektit Global për Cilësinë e Dietës.[17] Për shpjegimin e treguesve të raportuar për këtë projekt, shihni **Shtojcën E**.

Para analizës, të gjitha të dhënat iu nënshtruan një procesi sistematik pastrimi të zhvilluar nga grupi hulumtues. Ky proces përfshinte kontrollin nëse përgjigjet ishin të plota, të qëndrueshme dhe të sakta, si dhe validimin e të dhënave të kaluara nga pyetësorët në letër në platformën elektronike. Çdo mospërputhje ose e dhënë që mungonte u shqyrtua dhe u zgjidh aty ku ishte e mundur.

Menaxhimi dhe analiza e të dhënave u kryen në bashkëpunim të ngushtë mes grupit hulumtues dhe ekipit teknik ndërkombëtar. Gjatë fazave të mbledhjes dhe analizës së të dhënave u mbajtën takime të rregullta koordinimi për të siguruar përputhshmëri lidhur me procedurat, standardet e cilësisë dhe përkufizimet e treguesve. Ekipi ndërkombëtar ofroi udhëzime teknike të vazhdueshme.

Të gjitha të dhënat e anketës u reflektuan në platformën Qualtrics. Ekipi ndërkombëtar ofroi lidhje të sigurta të anketës në Qualtrics, të cilat u përdorën nga ekipi për hedhjen dhe ruajtjen e të dhënave. Grupi hulumtues ishte përgjegjës për ngarkimin në platformë të të dhënave nga pyetësorët elektronikë dhe ata në letër, ndërsa ekipi ndërkombëtar mbështeti verifikimin, monitorimin dhe përgatitjen e të dhënave për analizë.

Në vijim do të paraqiten gjetjet nga instrumentet e mbledhjes së të dhënave të NEATs, të pasuara nga rezultatet e Pyetësorit për cilësinë e dietës (DQQ). Për të gjitha të dhënat e anketës paraqiten statistika përshkruese. Aty ku janë vërejtur dallime të dukshme ndërmjet shkollave ose nxënësve ruralë dhe urbanë, ato janë theksuar në rezultate. Megjithatë, nuk janë kryer analiza të regresionit dhe teste formale të rëndësisë statistikore. Si rrjedhojë, çdo dallim i vërejtur duhet të interpretohet si përshkrues dhe eksplorues, dhe jo si dëshmi e lidhjeve statistikisht përmbajtjesore.

Rezultatet

Në vlerësim morën pjesë gjithsej 59 shkolla, nga të cilat 66% ishin shkolla fillore/të mesme të ulëta dhe 34% ishin shkolla të mesme të larta. Pak më shumë se gjysma e shkollave ishin në zona rurale (53%), ndërsa 47% e mbetura në zona urbane. Një shkollë e përzgjedhur si pjesë e mostrës së studimit më pas u përjashtua nga mbledhja e të dhënave, pasi vizita e grupit hulumtues në terren konfirmoi se të gjithë nxënësit flisnin gjuhën boshnjake dhe pyetësorët e studimit nuk ishin të disponueshme në gjuhën boshnjake. Karakteristikat e shkollave pjesëmarrëse paraqiten në **Tabelën 3**.

Tabela 3. Mostra përfundimtare e shkollave sipas shtresave

Rajoni	**Urbane**			**Rurale**			**Total**
	Shkolla të mesme të ulëta	Shkolla të mesme të larta	Gjithsej shkolla urbane	Shkolla të mesme të ulëta	Shkolla të mesme të larta	Gjithsej shkolla rurale	
Ferizaj	2	2	4	2	1	4	**59**
Gjakovë	2	1	3	2	1	3	
Gjilan	2	1	3	2	1	3	
Mitrovicë	2	1	4	3	2	4	
Pejë	2	1	3	2	1	3	
Prishtinë	5	2	8	5	2	8	
Prizren	3	2	5	5	3	5	
Gjithsej	**18**	**10**	**28**	**21**	**10**	**31**	

Në intervistat e Anketës për mjedisin e ushqyerjes në shkollë morën pjesë profile të ndryshme të personelit të shkollave. Shumica e të anketuarve ishin drejtorë ose zëvendësdrejtorë (n=34; 58%), të pasuar nga administratorë, koordinatorë ose koordinatorë të cilësisë (n=12; 20%), sekretarë të shkollave (n=7; 11.9%), mësimdhënës ose personel përgjegjës për edukimin për ushqyerjen (n=3; 5%) dhe këshilltarë të karrierës ose pedagogë të shkollave (n=3; 5%).

Gjithsej 1,942 nxënës e plotësuan anketën e nxënësve. Pjesëmarrësit ishin të moshës 10 deri në 17 vjeç, ku përqindja e vajzave ishte më e lartë (57%) se ajo e djemve (43%). Pak më shumë se gjysma e tyre ndiqnin mësimin në shkolla urbane (54%), ndërsa 46% në shkolla rurale (**Tabela 4**).

Tabela 4: Karakteristikat e pjesëmarrësve në anketën e nxënësve (n=1942)

		Total	%
Mosha	10 vjeç	2	0.1%
	11 vjeç	223	11.5%
	12 vjeç	357	18.4%
	13 vjeç	364	18.7%
	14 vjeç	364	18.7%
	15 vjeç	245	12.6%
	16 vjeç	219	11.3%
	17 vjeç	168	8.7%
Gjinia	Vajzë	1113	57.3%
	Djalë	829	42.7%
Zona	Rural	887	45.7%
	Urban	1055	54.3%
Gjithsej		1942	

Të njëjtët nxënës që morën pjesë në anketën e nxënësve u ftuan ta plotësonin edhe DQQ-në, ndërsa 1,803 nxënës e plotësuan pyetësorin në tërësi.

Anketa për mjedisin e ushqyerjes në shkollë dhe anketa e nxënësve

Rezultatet e treguesve bazë

Tabela 5. Rezultatet për treguesit bazë në Kosovë

Fusha	Treguesi	(n)	Rezultati
	Numri i përgjithshëm i shkollave në mostër (shkollat që plotësuan anketën e administratorit të shkollës)	59	100%
1. Ushqimi me vlera ushqyese në shkolla	Përqindja e shkollave që ofrojnë shujtë ose zamra në shkollë	1	2%
	Nga shkollat që ofrojnë shujtë ose zamra në shkollë (n=1), përqindja e atyre që përfshijnë vetëm ushqime dhe pije të shëndetshme	1	100%
	Nga shkollat që ofrojnë shujtë ose zamra në shkollë (n=1), përqindja e atyre që furnizohen nga furnizues lokalë	1	100%
	Nga shkollat që ofrojnë shujtë ose zamra në shkollë (n=1), përqindja e shkollave që kanë infrastrukturë, hapësira ruajtjeje dhe mbështetje logjistike të përshtatshme për ruajtjen e sigurisë dhe cilësisë së ushqimit përgjatë zinxhirit të furnizimit dhe në shkollë	1	100%
	Nga shkollat që ofrojnë shujtë ose zamra në shkollë (n=1), përqindja e atyre që e përgatitin ushqimin brenda hapësirave të shkollës	0	0%
	Nga shkollat që përgatisin shujta/zamra brenda hapësirave të shkollës (n=0), përqindja e atyre që përdorin kripë të jodizuar	n/a	n/a
2. Mjediset e shëndetshme të ushqimit dhe aktivitetit fizik	Përqindja e shkollave që shisnin ushqime dhe pije në ditën e mbledhjes së të dhënave	8	15%
	Nga shkollat që shisnin ushqime dhe pije në ditën e mbledhjes së të dhënave (n=8), përqindja e shkollave që nuk shisnin pije të ëmbla ose të ëmbëlsuara artificialisht	1	13%
	Nga shkollat që shisnin ushqime dhe pije në ditën e mbledhjes së të dhënave (n=8), përqindja e shkollave që nuk shisnin ushqime të ëmbla, të kripura ose të skuqura në shumë vaj	1	13%
	Përqindja e shkollave që u lejojnë nxënësve të blejnë shujta ose zamrave nga dyqanet ushqimore jashtë hapësirave të shkollës gjatë orarit shkollor	48	81%
	Përqindja e shkollave jashtë hapësirave të të cilave nuk ka opsione të dukshme ushqimesh dhe pijesh jo të shëndetshme	10	17%
	Përqindja e shkollave me qasje të mjaftueshme në ujë të pijshëm të sigurt, cilësia e të cilit vlerësohet rregullisht	40	68%
	Përqindja e shkollave ku nuk ka marketing dhe sponsorizim të ushqimit jo të shëndetshëm	57	95%
	Përqindja e shkollave që kanë hapësirë të mjaftueshme dhe pajisje për aktivitet fizik të qasshme për të gjithë nxënësit	26	44%
	Përqindja e shkollave me kopsht për kultivimin e ushqimit (p.sh. pemishte ose kopsht ku kultivohen fruta ose perime)	0	0%
3. Shërbimet e ushqyerjes	Përqindja e shkollave që raportojnë se i referojnë te shërbimet shëndetësore fëmijët e identifikuar si të rrezikuar nga kequshqyerja	23	39%
4. Edukimi për ushqyeshmërinë	Përqindja e shkollave që ofrojnë edukim për ushqyerjen	17	29%

FUSHA 1
Ushqimi me vlera ushqyese në shkolla

Nga 59 shkollat e vlerësuara, vetëm një shkollë raportoi se ofronte një program të shujtave dhe zamrave në shkollë. Kjo shkollë e vendosur në një zonë rurale kishte një politikë të pashkruar që ushqimi të ofrohej nga shkolla dhe që ushqimi të mos sillej nga shtëpia e as të blihej nga dyqanet jashtë shkollës. Programi përfshinte një shujtë dhe një zamër, të cilat u ofroheshin çdo ditë nxënësve të klasave 1–9. Shujtat përgatiteshin në kuzhinën qendrore të Komunës së Prishtinës dhe dërgoheshin në shkollë çdo ditë me enë të posaçme për transportimin e ushqimit, të projektuara posaçërisht për ruajtjen e standardeve të sigurisë dhe cilësisë së ushqimit. Programi financohej nga burimet komunale.

Shkolla përfaqëson një shembull të veçant të udhëheqjes dhe inovacionit lokal në një kontekst ku ushqyerja në shkolla në Kosovë përndryshe është e kufizuar. Ndërsa Komuna e Prishtinës së fundmi ka filluar të mbështesë ofrimin e shujtave për disa nxënës të arsimit fillor (klasat 1–5), avokimi nga udhëheqja e shkollës rezultoi në zgjerimin e këtij shërbimi edhe për nxënësit e klasave 6–9, duke e bërë atë të vetmen shkollë të vlerësuar që ofron shujta për të gjithë ciklin e arsimit të detyrueshëm. Administratorët e shkollës raportuan se ky organizim lidhej me pjesëmarrjen e shkollës në një projekt pilot të mësimit tërëditor, i cili krijoi një mundësi për ta zgjeruar qasjen në shujtat shkollore përtej klasave që zakonisht mbulohen nga programet komunale.

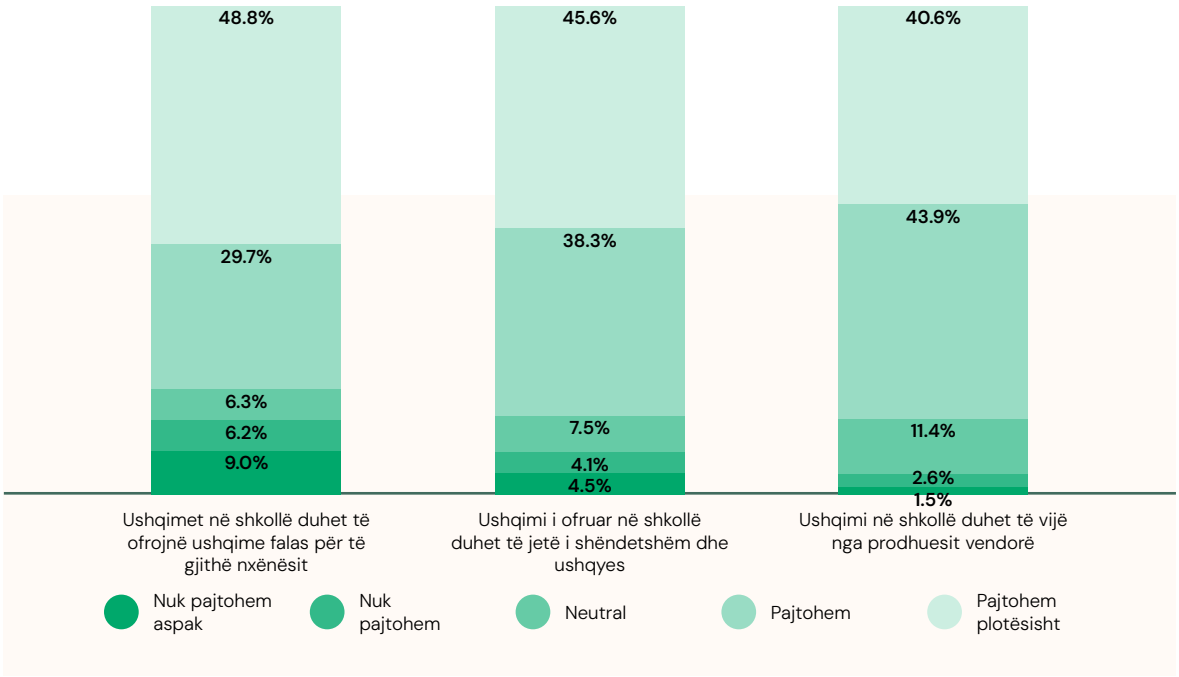
Shkolla është ndërtuar në vitin 2021 dhe gëzon një infrastrukturë të re, klasa të bollshme dhe ambiente të përshtatshme për shpërndarjen dhe konsumimin e shujtave. Shkolla u shërben afërsisht 80 nxënësve dhe ofron gjithashtu transport falas për nxënësit nga një fshat i afërt, duke kontribuar në përmirësimin e qasjes në arsim. Megjithëse menaxhohet administrativisht nga Komuna e Prishtinës, shkolla ndodhet gjeografikisht brenda territorit të Komunës së Graçanicës, çka përbën një rregullim të veçantë administrativ.

Shkolla raportoi se kishte infrastrukturë, hapësira ruajtjeje dhe sisteme logjistike të përshtatshme për garantimin e cilësisë dhe sigurisë së ushqimit. U raportua gjithashtu se programi u përmbahej standardeve të ushqyerjes, përfshirë kërkesat lidhur me kripën dhe yndyrat trans. Në përputhje me këtë, vëzhgimi i drejtpërdrejtë në ditën e mbledhjes së të dhënave konstatoi se zamra e ofruar përfshinte fruta dhe drithëra integrale/bishtajore, ndërsa shujta përmbante perime. Nuk u vërejtën ushqime ose pije jo të shëndetshme si pjesë e programit të ushqyerjes në shkollë. Megjithatë, cikli i menysë kufizohej në vetëm një javë, me shujta që përsëriteshin çdo javë, çka sinjalizon mundësi për diversifikimin e mëtejshëm të menysë dhe rritjen e larmisë së dietës.

Pavarësisht anëve të forta të programit të ushqyerjes, u vërejtën kufizime lidhur me mundësitë për aktivitet fizik. Ndonëse vetë ndërtesa e shkollës është e madhe, aktualisht nuk ka një hapësirë të dedikuar rekreative ose sportive në mjedis të hapur në dispozicion të nxënësve. Një parcelë ngjitur, e cila potencialisht mund të shërbente si kënd lojërash ose hapësirë për aktivitet fizik, mbetet e patrajtuar për shkak të kufizimeve të pazgjidhura administrative dhe infrastrukturore. Si pasojë, nxënësit kanë qasje të kufizuar në hapësira për aktivitet fizik në mjedise të hapura gjatë orarit shkollor.

Në përputhje me këto rezultate, një përqindje e vogël (10%) e nxënësve u pajtuan se ushqimi dhe zamrat e ofruara përmes programit të shujtave të shkollës së tyre ishin të shëndetshme dhe me vlera ushqyese. Vlen të theksohet se pothuajse 80% u pajtuan ose u pajtuan plotësisht se nxënësve duhet t'u ofrohen shujta falas në shkollë, 84% u pajtuan se ky ushqim duhet të jetë i shëndetshëm dhe me vlera ushqyese dhe 84.5% u pajtuan ose u pajtuan plotësisht se ushqimi duhet të sigurohet nga prodhuesit lokalë **(Figura 1).**

Figura 1. Qëndrimet e nxënësve për politikat dhe programet e ofrimit të ushqimit në shkollë (n= 1942)



FUSHA 2
Mjediset e shëndetshme të ushqimit dhe aktivitetit fizik

Politikat për mjedisin ushqimor

Vetëm pesë shkolla raportuan se u përmbaheshin politikave lidhur me promovimin e mjediseve ushqimore të shëndetshme. Këto përfshinin politika në nivel shkolle që kërkojnë nga fëmijët e klasave 1-5 të marrin ushqim nga shtëpia, një politikë për t'ua kufizuar nxënësve daljen nga shkolla për të blerë ushqim jashtë hapësirave të saj dhe një politikë që ua ndalon dyqaneve/bizneseve përreth shkollës të shesin produkte të papërshtatshme për fëmijët, si alkooli, cigaret dhe pijet energjike.

Disponueshmëria e ushqimit

Ushqimet dhe pijet ishin të disponueshme për blerje në mensat e tetë shkollave (15%) në ditën e mbledhjes së të dhënave. Pesë prej tyre ishin shkolla të mesme të larta (62.5%) dhe tri (37.5%) ishin fillore/të mesme të ulëta. Gjashtë nga tetë shkollat që shisnin ushqime dhe pije ndodheshin në zona urbane (75.0%) dhe dy në zona rurale (25.0%).

Tabela 6 paraqet numrin e shkollave që ofronin opsione ushqimore jo të shëndetshme (ushqime të skuqura në shumë vaj, ushqime të kripura, ushqime të ëmbla dhe mish të përpunuar) dhe ushqime të shëndetshme (fruta) në ditën e mbledhjes së të dhënave.

Tabela 6. Shkollat që ofronin opsione ushqimore jo të shëndetshme dhe të shëndetshme (n=8)

Ushqime të skuqura në shumë vaj	Ushqime të kripura	Ushqime të ëmbla	Mish i përpunuar	Fruta	Gjithsej shkolla që shesin ushqime dhe pije
5 (63%)	6 (75%)	4 (50%)	4 (50%)	0 (0%)	8 (100%)

Tabela 7 paraqet numrin dhe përqindjen e shkollave që ofronin opsione pijesh jo të shëndetshme (pije të ëmbëlsuara, pije pluhur me sheqer të shtuar, pije të ëmbëlsuara artificialisht dhe pije energjike) dhe pije të shëndetshme (qumësht të thjeshtë, ujë të thjeshtë, lëng 100% frutash dhe ujë të aromatizuar) në ditën e mbledhjes së të dhënave.

Tabela 7. Shkollat që ofronin opsione pijesh jo të shëndetshme dhe të shëndetshme (n=8)

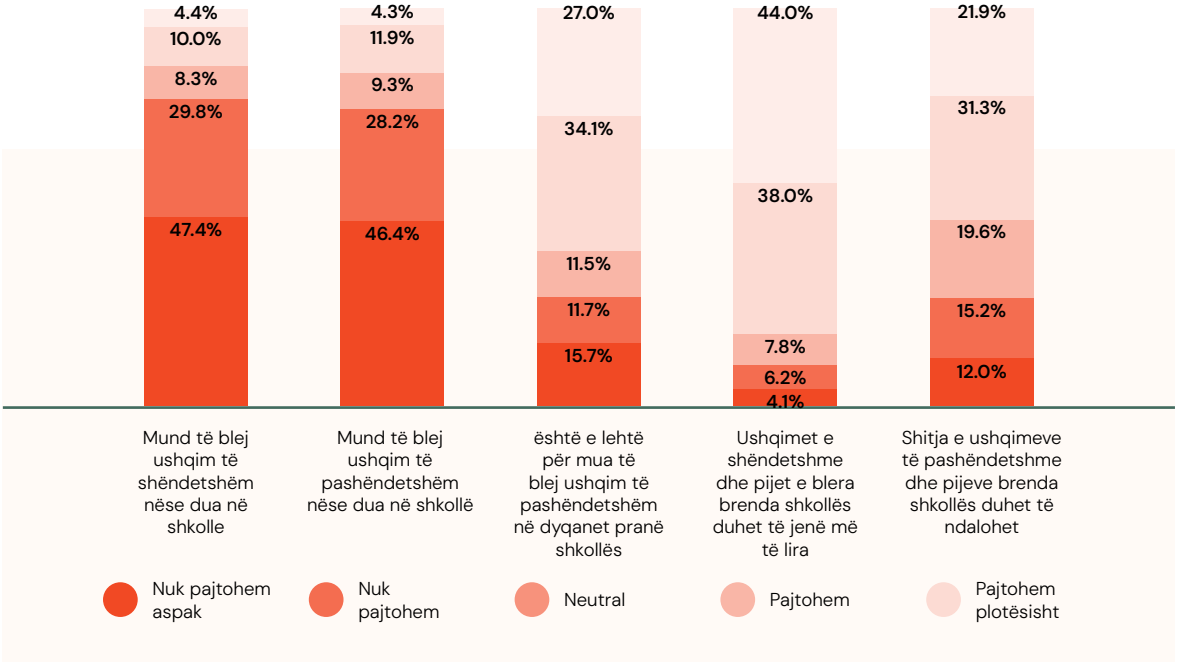
Pije të ëmbëlsuara	Pije pluhur me sheqer të shtuar	Pije të ëmbëlsuara artificialisht	Pije energjike	Qumësht i thjeshtë	Ujë i thjeshtë	Lëng 100% frutash	Ujë i aromatizuar	Gjithsej shkolla që shesin ushqime dhe pije
5 (63%)	5 (63%)	5 (63%)	3 (38%)	1 (13%)	7 (88%)	4 (50%)	1 (13%)	**8 (100%)**

Nga tetë shkollat që shisnin ushqime dhe pije në ditën e mbledhjes së të dhënave, një shkollë nuk shiste asnjë ushqim ose pije jo të shëndetshme dhe ajo ndodhej në një zonë rurale.

Një pakicë e nxënësve u pajtuan ose u pajtuan plotësisht se mund të blejnë ushqime dhe pije të shëndetshme (14.4%) dhe ushqime dhe pije jo të shëndetshme (16.2%) në shkollë. Kjo përputhet me numrin e vogël të shkollave ku ushqimi ishte i disponueshëm për blerje brenda institucionit. Nxënësit shprehën mbështetje të moderuar për ndalimin e shitjes së ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme brenda shkollave (53.1% u pajtuan ose u pajtuan plotësisht dhe 19.6% ishin neutralë) (Figura 2).

Shumica e shkollave (82%; n=48) raportuan se u lejonin nxënësve të blinin ushqime dhe pije nga dyqanet jashtë hapësirave të shkollës gjatë orarit shkollor dhe shumica e shkollave (83%, n=49) kishin gjithashtu pika shitjeje me pakicë në zonën përreth, ku ushqimet dhe pijet me përmbajtje të lartë yndyre, kripe dhe sheqeri ishin dukshëm të disponueshme. Gjetjet e anketimit të nxënësve përputheshin me këto vëzhgime, ku 61.1% e nxënësve u pajtuan ose u pajtuan plotësisht se e kanë të lehtë të blejnë ushqime jo të shëndetshme nga dyqanet pranë shkollës së tyre (**Figura 2**).

Figura 2. Perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve për ushqimin e disponueshëm për blerje brenda dhe përreth shkollave (n= 1942)

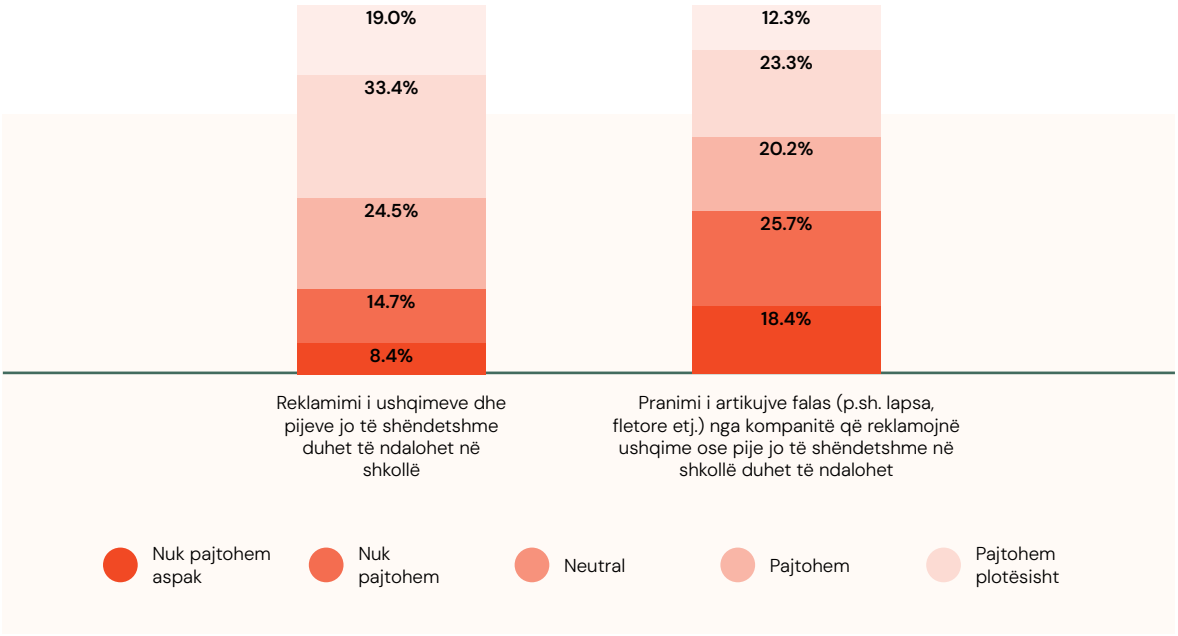


Marketingu i ushqimit

Pothuajse të gjitha shkollat (n=56/59; 95%) raportuan se brenda hapësirave të shkollës nuk kishte marketing të ushqimeve ose pijeve jo të shëndetshme. Ndër tri shkollat ku ishin të pranishme brendet e ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme (dy urbane dhe një rurale), ato vëreheshin në infrastrukturë, si aparatet e kafesë, automatët e shitjes dhe frigoriferët e pijeve. Mbledhësit e të dhënave identifikuan gjithashtu promovime të ushqimeve jo të shëndetshme në dy shkolla, duke përfshirë një promovim të çipsave Vipa që ofronte lojëra ose dhurata falas, si dhe shpërndarjen e produkteve të brumërave të mbushur të llojit mafin 'Pop Cake' si dhurata promovuese për nxënësit e klasave të ulëta të arsimit fillor.

Rezultatet e anketës së nxënësve treguan mbështetje të moderuar për kufizimin e marketingut të ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme, ku pak më shumë se gjysma e nxënësve (52.4%) shprehën pajtim se reklamimi i ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme duhet të ndalohet, ndërsa 24.5% të tjerë dhanë një përgjigje neutrale. Mbështetja ishte më e ulët për ndalimin e pranimit të artikujve falas nga shkollat (si p.sh. lapsa, fletore ose materiale të tjera) prej kompanive që bëjnë marketing të ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme, ku 35.6% e nxënësve shprehën pajtim dhe 20.2% raportuan një qëndrim neutral (**Figura 3**).

Figura 3. Perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve për marketingun dhe sponsorizimin e ushqimit jo të shëndetshëm përreth shkollave (n= 1942)



Ujë i pijshëm i sigurt

Mbi dy të tretat e shkollave (n=40; 67.8%) raportuan se kishin qasje të mjaftueshme në ujë të pijshëm të sigurt, i cili vlerësohej rregullisht për cilësinë dhe sigurinë. Shtatë shkolla raportuan se nuk kishin qasje në ujë të pijshëm të sigurt; këto shkolla ndodheshin më shpesh në zona rurale. Burimi më i zakonshëm i ujit të pijshëm ishte furnizimi nga ujësjellësi (n=42), i pasuar nga uji i ambalazhuar (n=7) dhe puset ose burimet e mbrojtura (n=3) (Tabela 8).

Tabela 8: Burimi i ujit të pijshëm në shkolla (n=59)

Burimi i ujit	Nga ujësjellësi	Pus/burim i mbrojtur	I ambalazhuar	Pa ujë të pijshëm të sigurt	Gjithsej shkolla
Urban	22 (37%)	0 (0%)	5 (9%)	1 (2%)	28 (47%)
Rural	20 (34%)	3 (5%)	2 (3%)	6 (10%)	31 (53%)
Gjithsej shkolla	42 (71%)	3 (5%)	7 (12%)	7 (12%)	59 (100%)

Mjediset e aktivitetit fizik dhe gjithëpërfshirja

Tetë shkolla (13.6%) raportuan se kishin një politikë të veçantë lidhur me aktivitetin fizik. Megjithatë, është e rëndësishme të theksohet se sistemi arsimor në Kosovë është shumë i centralizuar, ku aktiviteti fizik dhe edukata fizike rregullohen kryesisht përmes ligjeve, kornizave kurrikulare dhe udhëzimeve administrative në nivel qendror. Si rrjedhojë, këto "politika në nivel shkolle" të raportuara pasqyrojnë kryesisht interpretimin, zbatimin ose referimin e brendshëm të shkollave ndaj kërkesave të përcaktuara në nivel qendror, e jo politika të zhvilluara në mënyrë të pavarur. Nga këto, shtatë politika përqendroheshin në kërkesat e kurrikulës për aktivitetin fizik, ndërsa njëra lidhej me standardet e ndërtimit të shkollave që kërkonin përfshirjen e terreneve sportive ose të objekteve të tjera për aktivitet fizik. Këto gjetje tregojnë se shkollat priren t'i paraqesin dispozitat e detyrueshme të përcaktuara në nivel qendror si politika të brendshme, në vend që të dëshmojnë ekzistencën e kornizave të veçanta të politikave të zhvilluara në nivel lokal.

Tabela 9 paraqet numrin dhe përqindjen e shkollave që raportojnë për qasjen e nxënësve në pajisje sportive për aktivitet fizik, si dhe për cilësinë e pajisjeve dhe objekteve sportive. Pothuajse gjysma e shkollave (n=28, 47.5%) ofronin pajisje dhe objekte sportive për aktivitet fizik në dispozicion të të gjithë nxënësve, ndërsa pjesa tjetër e shkollave raportuan se nxënësit kishin qasje në pajisje dhe objekte sportive, por cilësia ishte e dobët ose qasja ishte e kufizuar (n=23, 39%), ose nuk kishin pajisje apo objekte në dispozicion të nxënësve (n=8, 13.6%).

Tabela 9. Shkollat me pajisje dhe objekte sportive për aktivitet fizik (n=59)

	Qasje në pajisje dhe objekte sportive për aktivitet fizik në dispozicion të të gjithë nxënësve	Qasje në pajisje dhe objekte sportive, por cilësia është e dobët ose qasja është e kufizuar	Nuk ka pajisje ose objekte në dispozicion	Gjithsej shkolla
Urban	15 (25%)	11 (19%)	2 (3%)	28 (47%)
Rural	13 (22%)	12 (20%)	6 (10%)	31 (53%)
Total schools	**28 (47%)**	**23 (39%)**	**8 (14%)**	**59 (100%)**

Tabela 10 paraqet numrin dhe përqindjen e shkollave me hapësirë në dispozicion të nxënësve për aktivitet fizik. Dy të tretat e shkollave (n=39, 66%) raportuan hapësirë të mjaftueshme për të gjithë nxënësit, ndërsa 30% (n=18) raportuan hapësirë të kufizuar, kurse 3% (n=2) raportuan për mungesë të hapësirës për aktivitet fizik.

Tabela 10. Shkollat me hapësirë në dispozicion për aktivitet fizik (n=59)

	Hapësirë për aktivitet fizik në dispozicion të të gjithë nxënësve	Hapësirë për aktivitet fizik, por e kufizuar	Pa hapësirë për aktivitet fizik	Gjithsej shkolla
Urbane	19 (32%)	7 (12%)	2 (3%)	28 (47%)
Rurale	20 (34%)	11 (19%)	0 (0%)	31 (53%)
Gjithsej shkolla	39 (66%)	18 (31%)	2 (3%)	59 (100%)

Në përgjithësi, 44% e shkollave (n=26) ofronin hapësirë të mjaftueshme që nxënësit të ishin fizikisht aktivë DHE kishin pajisje cilësore sportive ose për aktivitet fizik, të qasshme për të gjithë nxënësit (Referojuni Tabelës 5 - treguesit bazë).

Vetëm 18 shkolla (30.5%) raportuan se ofronin ambiente për mbështetjen e nxënësve me nevoja të veçanta. Këto përfshinin elemente si rampa, tualete të qasshme, ashensorë dhe objekte sportive të përshtatura. Një shkollë raportoi se të gjitha ambientet ndodheshin në një nivel të vetëm, duke e bërë shkollën plotësisht të qasshme.

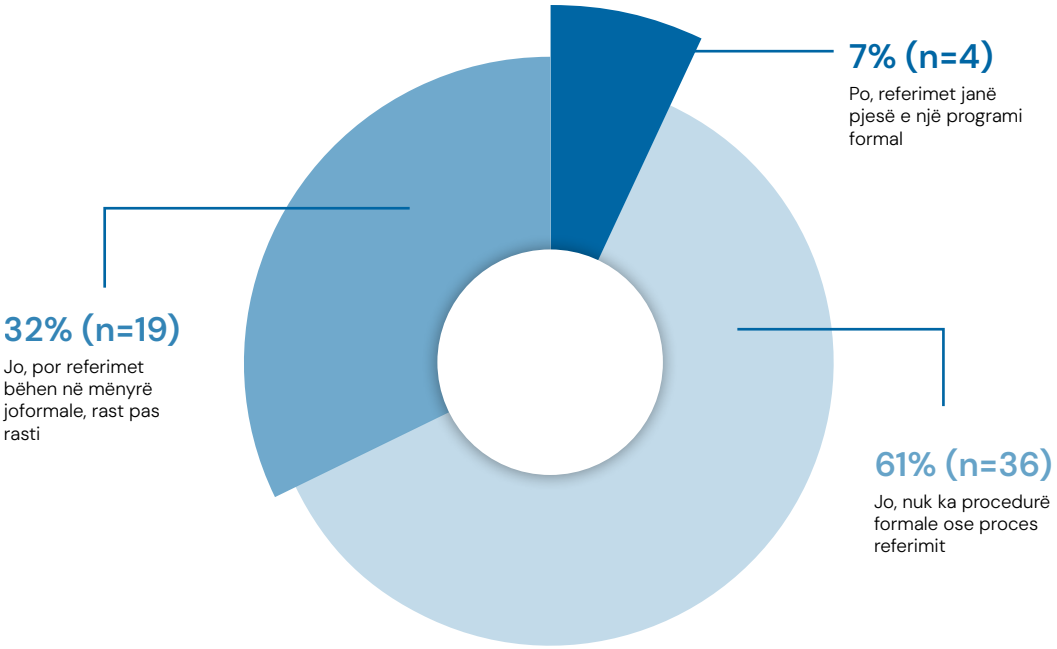
Kopshtet shkollore

Asnjë shkollë nuk kishte kopshte ose pemishte brenda hapësirave të shkollës për kultivimin e prodhimeve të freskëta ose për ofrimin e përvojave të të nxënit për nxënësit. Rezultatet e anketës së nxënësve treguan mbështetje të moderuar për ofrimin e hapësirave ose serrave nga shkollat për kultivimin e frutave dhe perimeve, ku 54.4% u pajtuan, kurse 20.7% dhanë përgjigje neutrale.

FUSHA 3
Shërbimet e ushqyerjes

Nga 59 shkollat pjesëmarrëse, katër prej tyre (6.8%) kishin procedurë formale për identifikimin dhe referimin e fëmijëve me rreziqe shëndetësore të lidhura me ushqyerjen. Ndërkaq, 19 shkolla të tjera (32.2%) nuk kishin një program formal, por i referonin nxënësit rast pas rasti (Figura 4).

Figura 4. Ofrimi i shërbimeve të ushqyerjes në shkolla



Në praktikë, këta mekanizma nuk ishin programe më vete me bazë në shkollë, por zbatoheshin përmes bashkëpunimit me shërbimet e kujdesit parësor shëndetësor. Konkretisht, këto shkolla raportuan se kontrollet periodike shëndetësore të kryera në bashkëpunim me qendrat e kujdesit parësor shëndetësor mundësonin identifikimin e fëmijëve, përfshirë fëmijët me rreziqe të dyshuara të ndërlidhura me ushqyerjen, si mbipesha ose obeziteti, të cilët më pas referoheshin te ofruesit e kujdesit parësor shëndetësor për vlerësim dhe trajtim të mëtejshëm.

Përveç kësaj, në disa raste, mësimdhënësit e edukatës fizike luanin një rol joformal në identifikimin e fëmijëve që mund të ishin në rrezik për shkak të formës së dobët fizike ose shenjave të mbipeshës, e më pas i referonin ata te administrata e shkollës ose i inkurajonin për trajtim të mëtejshëm nga shërbimet shëndetësore.

Është e rëndësishme të theksohet se këto praktika nuk rregullohen nga një sistem i standardizuar ose i normuar shprehimisht për referim në shkolla. Brenda kornizës së centralizuar të arsimit dhe shëndetësisë në Kosovë, përgjegjësia për diagnostikimin dhe trajtimin i takon sistemit të kujdesit shëndetësor, ndërsa shkollat luajnë kryesisht një rol mbështetës dhe vëzhgues. Si rrjedhojë, shkollat nuk janë formalisht të detyruara të raportojnë në mënyrë sistematike rastet shëndetësore të lidhura me ushqyerjen, kurse proceset e referimit priren të varen nga praktikat lokale dhe bashkëpunimi me ofruesit e kujdesit shëndetësor, e jo nga protokolle të përcaktuara qartë.

FUSHA 4
Edukimi për ushqyerjen dhe aktivitetin fizik në kurrikulat shkollore

Vetëm 17 nga 59 shkollat (29%) raportuan se ofronin edukim për ushqyerjen, me një frekuencë më rrallë se një herë në muaj e kohëzgjatje deri në 1–1.5 orë, si në zonat urbane ashtu edhe në ato rurale. Shkollat raportuan se mësimet zhvilloheshin nga një mësimdhënës i shkencave (n=5), mësimdhënës i sportit ose i EF-së (n=4), mësimdhënës i ushqyerjes ose shëndetit (n=3), personel për mirëqenie ose kujdes baritor (n=1) ose një organizatë e jashtme (n=2). Kishte dallime në kohëzgjatjen dhe rregullsinë e orëve të edukimit për ushqyerjen (**Tabela 11**).

Tabela 11. Koha e ndarë për edukimin për ushqyerjen në shkolla (n=59)

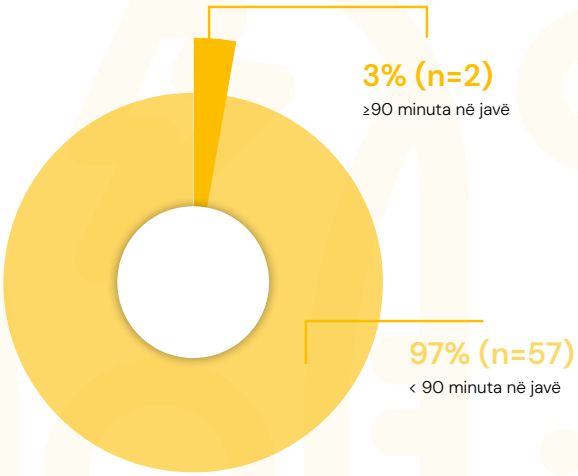
	Më rrallë se një herë në muaj	< 30 minuta	30 minuta deri në 1 orë	1 orë - 1.5 orë	Nuk ofrohet edukim për ushqyerjen	Gjithsej shkolla
Urbane	5 (8%)	1 (2%)	6 (10%)	0 (0%)	16 (27%)	28 (47%)
Rurale	2 (3%)	0 (0%)	1 (2%)	2 (3%)	26 (44%)	31 (53%)
Gjithsej shkolla	7 (12%)	1 (2%)	7 (12%)	2 (3%)	42 (71%)	59 (100%)

Nga 42 shkollat që raportuan se nuk ofronin edukim për ushqyerjen, 26 shkolla (62%) ndodheshin në zona rurale dhe 16 shkolla (38%) në zona urbane.

Tetë shkolla (13%) raportuan se ofronin edukim për ushqyerjen për prindërit ose komunitetin, ndërsa 51 shkollat e mbetura (87%) nuk e ofronin atë.

Të gjitha shkollat raportuan se ofronin mundësi për aktivitet fizik të organizuar për nxënësit si pjesë e kornizës kurrikulare. Pothuajse të gjitha shkollat (n=57; 97%) e përmbushnin standardin duke ofruar së paku 90 minuta aktivitet fizik të organizuar në javë në të gjitha nivelet e klasave, ndërsa dy shkolla ofronin më pak se 90 minuta në javë (për nxënësit e klasave 6–10 në njërën shkollë dhe nxënësit e klasave 11–12 në tjetrën) (Figura 5).

Figura 5. Koha e ndarë për aktivitet fizik të organizuar në shkollë (n=59)



Nxënësit shprehën gjithashtu mbështetje të fortë për rolin e shkollave në promovimin e aktivitetit fizik, ku 86.0% u pajtuan se nxënësit duhet të marrin pjesë çdo ditë në aktivitet fizik.

Për rezultatet e plota të Anketës për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve, shihni **Shtojcën F.**

Pyetësori për cilësinë e dietës

Nga 1,803 nxënësit që e plotësuan DQQ-në, grupet ushqimore më të konsumuara ishin ushqimet e përgatitura nga drithërat (89%), frutat e tjera (duke përjashtuar agrumet dhe frutat e pasura me vitaminë A) (86%), lëngjet e frutave dhe pijet me fruta (77%) dhe perimet e tjera (duke përjashtuar rrënjët e bardha, zhardhokët, bananet e gatimit, perimet e pasura me vitaminë A dhe perimet me gjethe të gjelbra të errëta) (76%).

Konsumimi i ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme ishte gjithashtu i zakonshëm. Më shumë se dy të tretat e nxënësve raportuan se kishin konsumuar ëmbëlsira të pjekura (76%), ëmbëlsira të tjera (75%) dhe zamrat të kripura, ultra të përpunuara e të paketuara (73%) gjatë ditës së mëparshme, ndërsa 67% kishin konsumuar pije freskuese. Mishi i përpunuar ishte konsumuar nga 60% e nxënësve dhe ushqimet e skuqura në shumë vaj nga 31%. Konsumi i qumështit dhe nënprodukteve të tij ishte i moderuar, ku 56% e nxënësve raportuan konsum të qumështit dhe 48% konsum të kosit. Përkundrejt kësaj, më pak se një e treta e nxënësve raportuan se kishin konsumuar peshk ose fruta deti, apo mish të papërpunuar. Për të gjitha kategoritë ushqimore, shihni **Figurën 6**.

Rezultati i All-5 tregon se 51% e nxënësve kishin konsumuar së paku një produkt nga të pesë grupet e rekomanduara ushqimore gjatë 24 orëve të mëparshme (fruta + perime + bishtajore, fruta arrore ose fara + ushqime me origjinë shtazore + ushqime bazë me niseshte (drithëra integrale, ushqime të përgatitura nga drithërat, rrënjë të bardha, zhardhokë, banane gatimi)). Kjo vlerë ishte pak më e lartë në zonat rurale (53%) sesa në zonat urbane (49%).

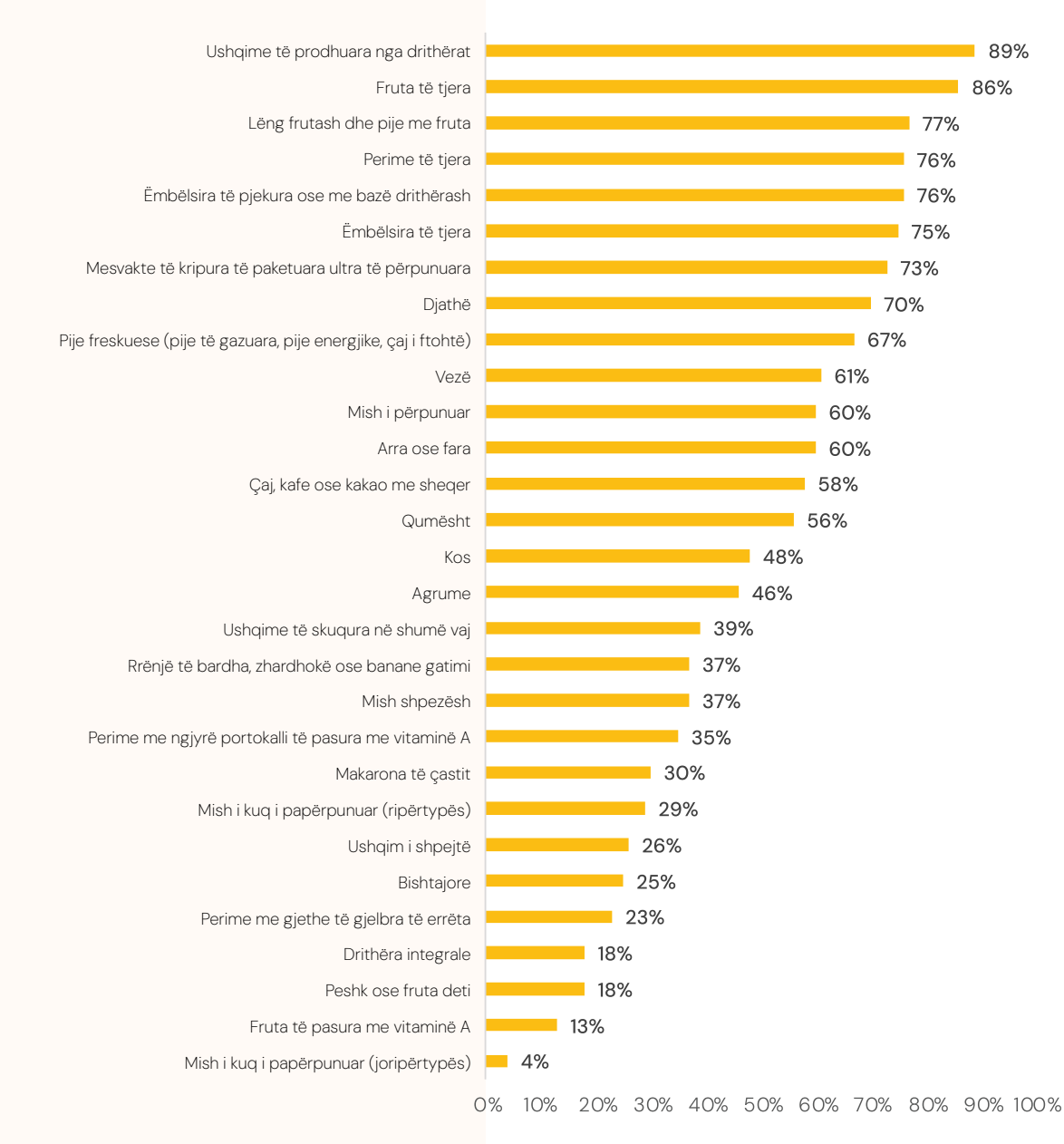
Rezultati i diversitetit të dietës ishte 6.1, çka tregon se mesatarisht dietat e pjesëmarrësve përfshinin 6.1 nga 10 komponentët kyç të dietës. Treguesi Konsumi i ushqimeve mbrojtëse nxori në pah se 57% e nxënësve kishin konsumuar së paku një frutë, një perime dhe një drithë integral, bishtajore, frutë arrore ose farë, ndërsa treguesi Konsumi i ushqimeve jo të shëndetshme nxori në pah se 96% e pjesëmarrësve kishin konsumuar së paku një pije freskuese, më shumë se një ushqim a pije me sheqer, ose më shumë se një ushqim të kripur ultra të përpunuar apo mish të përpunuar.

Rezultati i Modelit të dietës së shëndetshme për parandalimin e NCD-ve tregon se vetëm 1.5% e pjesëmarrësve i plotësonin kriteret e konsumit të ushqimeve mbrojtëse dhe nuk kishin konsumuar asnjë produkt nga kategoria e konsumit të ushqimeve jo të shëndetshme.

Analiza sipas gjinisë vuri në pah se vajzat kishin më pak gjasa sesa djemtë të raportonin se kishin konsumuar mish, mish shpezësh ose peshk (52% kundrejt 63%), vezë (58% kundrejt 66%), qumësht (51.3% kundrejt 63%) dhe kos (45% kundrejt 53%). Nga ana tjetër, vajzat kishin gjithashtu më pak gjasa sesa djemtë të raportonin se kishin konsumuar mish të përpunuar (56% kundrejt 66%).

U vërejtën disa dallime të vogla ndërmjet nxënësve në zonat rurale dhe ato urbane. Nxënësit që ndiqnin shkollat rurale kishin më shumë gjasa sesa ata në shkollat urbane të raportonin se kishin konsumuar fruta (88% kundrejt 83%), bishtajore, fruta arrore ose fara (71% kundrejt 66%) dhe perime me niseshte (95% kundrejt 93%). Megjithatë, ata kishin gjithashtu më shumë gjasa të raportonin se kishin konsumuar ushqime dhe pije jo të shëndetshme, duke përfshirë zamra të kripura ose të skuqura (89% kundrejt 86%) dhe ushqime të ëmbla (92% kundrejt 85%). Siç u theksua më parë, këto gjetje janë përshkruese dhe duhet të interpretohen si eksploruese, dhe jo si tregues të dallimeve statistikisht përmbajtjesore.

Figura 6: Përqindja e nxënësve që raportuan se kishin konsumuar së paku një produkt nga secili grup ushqimor gjatë 24 orëve të mëparshme.



Për rezultatet e plota të Pyetësorit për cilësinë e dietës, shihni **Shtojcën G.**

Vëzhgime nga përvoja në terren

Përveç gjetjeve të anketës, mbledhësit e të dhënave dokumentuan vëzhgime dhe reflektime gjatë vizitave në shkolla. Ndonëse këto njohuri janë anekdotike dhe nuk janë mbledhur në mënyrë sistematike, ato ofrojnë njohuri të dobishme për kontekstin që mbështesin interpretimin e gjetjeve të anketës.

Anëtarët e ekipit u shprehën se shpesh kishin vërejtur fëmijë duke konsumuar ushqime dhe pije me vlerë të lartë energjetike dhe të varfra me lëndë ushqyese, duke përfshirë çipsa, pije me sheqer dhe zamra të tjera shumë të përpunuara. Këto vëzhgime u përforcuan nga inspektimet pamore të koshave të mbeturinave të shkollave, të cilët shpesh ishin të tejmbushur me kanaçe të zbrazëta pijesh energjike, shishe pijesh me sheqer dhe ambalazhe çipsash. Gjatë vizitave në terren, mbledhësit e të dhënave u shprehën se nuk u kujtohej të kishin vërejtur nxënës duke konsumuar fruta të freskëta, perime ose opsione të tjera qartësisht të shëndetshme për zamra, si mollë, karota ose ushqime të ngjashme. Megjithëse në shumicën e shkollave kishte çezma apo pajisje të ujit të pijshëm, nxënësit rrallë vëreheshin duke i përdorur ato dhe shpesh vëreheshin duke pirë ujë të ambalazhuar të blerë ose ujë të sjellë nga shtëpia.

Një tjetër vëzhgim i përsëritur ishte interesi i madh i shprehur nga shumë drejtorë shkollash për krijimin e programeve të ushqyerjes në shkolla. Drejtorët shpesh theksonin sfidat që lidhen me daljen e nxënësve nga hapësirat e shkollës gjatë pushimeve për të blerë ushqime dhe pije nga dyqanet dhe shitësit e afërt, ku opsionet e shëndetshme shpesh ishin të kufizuara. Shumë udhëheqës shkollash e shihnin një program të strukturuar të ushqyerjes në shkolla si zgjidhje praktike që mund të mbështeste sjellje më të shëndetshme ushqimore, duke ndihmuar njëkohësisht që nxënësit të qëndronin brenda mjedisit shkollor.

Grupi hulumtues në terren vërejti gjithashtu shembuj të udhëheqjes proaktive në nivel shkolle. Në disa shkolla, drejtorët kishin vendosur politika që kufizonin daljen e nxënësve nga hapësirat e shkollës gjatë orarit shkollor, pavarësisht se brenda shkollës nuk kishte shërbim të organizuar të ushqimit. Në vend të kësaj, nxënësit inkurajoheshin të merrnin ushqim nga shtëpia. Drejtorët shpjeguan se këto masa synonin të promovonin sigurinë e nxënësve, të zvogëlonin ekspozimin ndaj opsioneve ushqimore jo të shëndetshme dhe të minimizonin rreziqet e tjera që lidhen me daljen nga hapësirat e shkollës gjatë pushimeve.

Shumë drejtorë shprehën gjithashtu mbështetje për politika më të forta që rregullojnë qasjen e nxënësve në ushqim gjatë orarit shkollor. Megjithatë, disa theksuan se vendosja ose sigurimi i zbatimit të masave të tilla në nivel shkolle do të kërkonte miratime dhe koordinim në disa nivele administrative. Si rrjedhojë, shumë udhëheqës shkollash mendonin se orientimi i politikave dhe udhëzimet nga autoritetet më të larta do të ishin të nevojshme për të lehtësuar zbatimin e njëtrajtshëm nëpër shkolla. Kjo përmendej shpesh si arsye pse shkollat nuk kishin nisur në mënyrë të pavarur masa më gjithëpërfshirëse për promovimin e mjediseve ushqimore më të shëndetshme.

Implikimet dhe rekomandimet

Gjetjet e këtij vlerësimi nxjerrin në pah mundësi të rëndësishme për përmirësimin e mjediseve të ushqyerjes në shkolla në Kosovë. Megjithëse shkollat dëshmuan një gatishmëri të madhe për të mbështetur sjellje më të shëndetshme ushqimore te nxënësit, vlerësimi identifikoi mangësi në politika, në edukimin për ushqyerjen dhe mjedisin shkollor. Trajtimi i këtyre sfidave do të kërkojë veprime të bashkërenduara ndërmjet sektorëve të arsimit, shëndetësisë dhe pushtetit lokal.

1. Nevojitet udhëheqje në fushën e politikave për të krijuar mjedise më të shëndetshme të ushqyerjes në shkolla

Ndonëse Kosova ka krijuar një kornizë politikash për promovimin e mjediseve ushqimore të shëndetshme në shkolla, zbatimi dhe monitorimi i tyre mbeten të kufizuara, duke ndikuar në përparim më të ngadalshëm krahasuar me shumë vende të Evropës dhe Azisë Qendrore. Ky vlerësim konstatoi se shkollat që synojnë të mbështesin të ushqyerit e shëndetshëm varen kryesisht nga zhvillimi dhe zbatimi i qasjeve dhe praktikave të tyre joformale. Kjo krijon mospërputhje ndërmjet shkollave, mund të përkeqësojë pabarazitë në qasjen e fëmijëve në mjedise ushqimore të shëndetshme dhe e vendos përgjegjësinë mbi institucionet e veçanta, e jo mbi sistemet më të gjera të arsimit dhe shëndetësisë.

Dëshmitë dhe udhëzimet globale nga OBSH-ja, UNICEF-i dhe agjencitë e tjera ndërkombëtare mbështesin përdorimin e qasjeve gjithëpërfshirëse të politikave dhe atyre rregullatore për krijimin e mjediseve ushqimore më të shëndetshme në shkolla. Këto përfshijnë përcaktimin si të detyrueshëm të ofrimit të shujtave ose zamra në shkolla (shpesh për klasat 1-5), standardet e ushqyerjes për ushqimet dhe pijet e disponueshme në shkolla, kufizimet për shitjen dhe marketingun e produkteve jo të shëndetshme brenda dhe përreth shkollave, si dhe ofrimin e edukimit për ushqyerjen.

Rekomandim: Të hartohet dhe zbatohet një kornizë kombëtare gjithëpërfshirëse e politikave dhe legjislacionit për mjedise të shëndetshme të ushqyerjes në shkolla. Kjo kornizë duhet t'i mbrojë fëmijët nga ekspozimi ndaj ushqimeve e pijeve jo të shëndetshme dhe praktikave jo të shëndetshme të marketingut, duke mbështetur njëkohësisht qasjen në opsione më të shëndetshme. Krijimi i një kornize të tillë do të dëshmonte përkushtimin për përmirësimin e shëndetit dhe mirëqenies së fëmijëve, zvogëlimin e pabarazive dhe krijimin e kushteve që mundësojnë veprime të bashkërenduara të politikave, zbatim, monitorim dhe llogaridhënie në sektorët e arsimit dhe shëndetësisë.

2. Programet e shujtave dhe zamrave në shkolla: një mundësi për përmirësimin e ushqyerjes së fëmijëve, të nxënit dhe barazisë

Ky vlerësim konstatoi se vetëm një nga 59 shkollat pjesëmarrëse ofronte një shujtë dhe një zamër për nxënësit, të cilat ofroheshin përmes një programi ushqyerjeje

të organizuar dhe financuar nga shkolla. Dëshmitë globale sugjerojnë se programet universale të shujtave në shkolla, të financuara nga fondet publike, janë ndër ndërhyrjet më efektive në nivel popullate për përmirësimin e cilësisë së dietës, rezultateve arsimore, vijueshmërisë dhe barazisë te fëmijët dhe adoleshentët. Programe të tilla zbatohen gjerësisht në kontekste të ndryshme, përfshirë Indinë, Filipinet, Indonezinë, Finlandën dhe Kirgistanin. Ndërsa shumë politika të ushqyerjes në shkolla përqendrohen te nxënësit e arsimit fillor, Moldavia ofron një shembull të një qasjeje më gjithëpërfshirëse, duke ofruar shujta shkollore si për nxënësit e arsimit fillor, ashtu edhe për ata të arsimit të mesëm të ulët (klasat 1–9). Është inkurajuese që nxënësit pjesëmarrës në këtë vlerësim shprehën mbështetje të fortë për ofrimin e shujtave dhe zamra të shëndetshme në shkolla, si dhe për sigurimin e ushqimit nga prodhuesit lokalë.

Rekomandim: Të shqyrtohen mundësitë për krijimin gradual të një programi në nivel vendi të shujtave ose zamra në shkolla, të financuar nga fondet publike dhe të mbështetur nga politikat, infrastruktura e burimet e nevojshme për zbatim. Kjo duhet të përfshijë investime në ambiente e sisteme që u mundësojnë shkollave të përgatisin, të ruajnë dhe të shpërndajnë në mënyrë të sigurt ushqim me vlera ushqyese, krahas mekanizmave që mbështesin prokurimin nga prodhuesit lokalë aty ku është e realizueshme. Një qasje e tillë ka potencial të përmirësojë ushqyerjen, shëndetin, të nxënit dhe rezultatet arsimore të nxënësve, duke gjeneruar njëkohësisht përfitime sociale dhe ekonomike për komunitetet lokale.

3. Standardet e ushqyerjes janë thelbësore për të siguruar që të gjitha ushqimet dhe pijet e disponueshme në shkolla të mbështesin dieta të shëndetshme

Ky vlerësim konstatoi se e vetmja shkollë që zbatonte një program shujtash ofronte vetëm ushqime dhe pije të shëndetshme, pa ofruar asnjë opsion jo të shëndetshëm. Megjithatë, dëshmitë nga programet e ushqyerjes në shkolla në nivel global tregojnë se vlera ushqyese e ushqimit të ofruar nuk është gjithmonë optimale dhe, në disa raste, mund të kontribuojë në konsumimin nga fëmijët të ushqimeve me përmbajtje të lartë sheqeri, kripe, yndyrash jo të shëndetshme dhe përbërësish të përpunuar, përfshirë pijet me sheqer, zamrat e paketuara të ëmbla dhe të kripura, ushqimet e skuqura në shumë vaj dhe mishrat e përpunuar. Për të maksimizuar përfitimet shëndetësore, Programi Botëror i Ushqimit (WFP), UNICEF-i dhe OBSH-ja rekomandojnë që programet ushqimore në shkolla të udhëhiqen nga standarde të qarta të ushqyerjes, në përputhje me udhëzuesit e ushqyerjes dhe të mbështetura nga sisteme për zbatim, monitorim dhe sigurimin e zbatimit. Standarde të tilla duhet të zbatohen jo vetëm për ushqimet e ofruara përmes programeve të ushqyerjes në shkolla, por edhe për të gjitha ushqimet dhe pijet e disponueshme për shitje brenda shkollave.

Rekomandim: Të hartohen dhe zbatohen standarde të ushqyerjes për të rritur disponueshmërinë, blerjen dhe konsumimin në shkolla të ushqimeve e pijeve që mbështesin një dietë të shëndetshme, duke zvogëluar njëkohësisht ato që nuk e mbështesin atë. Këto standarde duhet të jenë në përputhje me udhëzuesit dhe menytë e ushqyerjes, si dhe të kufizojnë shprehimisht produktet me përmbajtje të lartë sheqeri, kripe, yndyrash jo të shëndetshme dhe mishi të përpunuar. Zbatimi efektiv do të kërkojë udhëzime shoqëruese, trajnime, monitorim dhe mekanizma llogaridhënieje për të mbështetur respektimin e kërkesave dhe për të siguruar që mjediset ushqimore në shkolla të promovojnë vazhdimisht dieta të shëndetshme.

4. Mjediset ushqimore jo të shëndetshme vazhdojnë të jenë të pranishme përreth shkollave

Ky vlerësim konstatoi se vetëm një përqindje e vogël e shkollave shisnin ushqime dhe pije për nxënësit. Megjithatë, ndër ato që shisnin, produktet jo të shëndetshme ishin zakonisht të disponueshme, veçanërisht në shkollat urbane, ndërsa shkollat rurale që shisnin ushqime dhe pije ofronin vetëm opsione të shëndetshme.
Ky vlerësim identifikoi disponueshmëri të gjerë të ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme në zonat përreth shkollave. Kjo pasqyron një sfidë më të gjerë globale, përfshirë Kosovën, ku nxënësve shpesh u lejohet të dalin nga hapësirat e shkollës gjatë orarit shkollor për të blerë ushqime dhe pije.

Duke njohur ndikimin e mjediseve ushqimore në sjelljet ushqimore të fëmijëve, OBSH-ja dhe UNICEF-i rekomandojnë politika gjithëpërfshirëse për të zvogëluar ekspozimin e fëmijëve ndaj ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme. Kjo përfshin kufizimin e disponueshmërisë, shitjes dhe marketingut të produkteve me përmbajtje të lartë yndyrash të ngopura, yndyrash trans, sheqernash të lira dhe kripe brenda dhe përreth shkollave. Brenda mjediseve shkollore, shumë vende kanë miratuar standarde të ushqyerjes që ndalojnë ose kufizojnë shitjen e produkteve jo të shëndetshme. Për shembull, Moldavia ka rregullore që ndalojnë shitjen e pijeve të ëmbëlsuara me sheqer në shkolla. Përtej hapësirave të shkollave, qeveritë qëndrore dhe lokale në disa vende kanë bashkëpunuar për të rregulluar mjedisin e jashtëm ushqimor përmes kufizimeve të marketingut dhe shitjes së ushqimeve e pijeve jo të shëndetshme pranë shkollave.

Rekomandim: Të nisë dialogu mbi qasjet më të mira dhe miratimin e politikave që kufizojnë shitjen dhe marketingun e ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme brenda dhe përreth shkollave. Kjo mund të përfshijë standarde të ushqyerjes ose rregulla që normojnë ushqimet dhe pijet e shitura në hapësirat e shkollës, kufizime të marketingut të produkteve jo të shëndetshme për fëmijët, si dhe bashkëpunim ndërmjet autoriteteve qendrore dhe atyre komunale për të zvogëluar ekspozimin e fëmijëve ndaj mjediseve ushqimore jo të shëndetshme përreth shkollave.

5. Edukimi për ushqyerjen nuk zbatohet në mënyrë rutinore, çka paraqet mundësi për rritjen e ekspozimit dhe ndikimit

Edukimi për ushqyerjen nuk është një komponent standard i shkollimit në Kosovë. Në përputhje me këtë, vlerësimi konstatoi se shumica e shkollave deklaruan se nuk ofronin asnjë formë edukimi për ushqyerjen. Përveç kësaj, asnjë shkollë nuk raportoi se kishte një kopsht ose pemishte shkollore ku nxënësit të mund të mësonin për kultivimin, përgatitjen dhe konsumimin e frutave dhe perimeve të freskëta. Këto gjetje nxjerrin në pah një mundësi të humbur për t'i pajisur fëmijët me njohuritë, aftësitë dhe përvojat e nevojshme për të mbështetur sjellje të shëndetshme ushqimore dhe për të formuar shprehi të shëndetshme gjatë gjithë jetës.

Dëshmitë sugjerojnë se edukimi për ushqyerjen është më efektiv kur integrohet në kurrikulë dhe shoqërohet me mundësi të të nxënit praktik, të cilat u lejojnë nxënësve të angazhohen drejtpërdrejt me ushqimin dhe prodhimin e tij. Kopshtet shkollore, aktivitetet e gatimit dhe qasjet e tjera të të nxënit përmes përvojës ndihmojnë në përforcimin e të nxënit në klasë, duke nxitur njëkohësisht qëndrime pozitive ndaj ushqimeve të shëndetshme.

Rekomandim: Të përcaktohen kërkesat minimale kurrikulare, të investohet në trajnimin e mësimdhënësve e në mjete mësimore, si dhe të mbështeten mundësitë e të nxënit praktik, si kopshtet shkollore, pemishtet dhe aktivitetet e përgatitjes së ushqimit, me qëllim që të përmirësohen njohuritë, aftësitë dhe vetëbesimi i nxënësve mbi ushqyerjen për të bërë zgjedhje të shëndetshme ushqimore.

6. Qasja në ujë të pijshëm të sigurt nuk është e barabartë në të gjitha shkollat

Ky vlerësim konstatoi se jo të gjitha shkollat kishin qasje në ujë të pijshëm të sigurt, ndërsa shkollat pa ujë të sigurt ndodheshin më shpesh në zona rurale. Kjo dëshmon për një pabarazi të theksuar, ku disa fëmijë mund të kenë më pak mundësi për qasje në ujë të pijshëm të sigurt gjatë orarit shkollor, varësisht nga vendi ku jetojnë dhe ndjekin shkollën. Vlerësimi konstatoi gjithashtu se nxënësit shpesh blinin ujë të ambalazhuar, madje edhe në disa shkolla të pajisura me rrjet ujësjellësi. Kjo mund të sinjalizojë shqetësime rreth cilësisë, sigurisë ose shijes së ujit të pijshëm të disponueshëm, ose mungesë të pikave të ujit të pijshëm që nxënësit t'i kenë lehtësisht të arritshme brenda shkollave. Pavarësisht shkakut, mbështetja te uji i blerë në shishe mund të krijojë pengesa financiare për disa nxënës dhe të cenojë qasjen e barabartë në hidratim.

Rekomandim: Të sigurohet që të gjitha shkollat të kenë qasje në ujë të pijshëm falas, të sigurt dhe të pranueshëm, përmes investimeve në infrastrukturën e ujësjellësit, monitorimit të rregullt të cilësisë së ujit dhe instalimit të çezmave lehtësisht të arritshme ose pikave për rimbushjen e shisheve me ujë të pijshëm. Vëmendje e veçantë duhet t'i kushtohet trajtimit të pabarazive në shkollat rurale, si dhe rritjes së besimit të nxënësve, personelit dhe familjeve në sigurinë dhe cilësinë e ujit të pijshëm në shkolla.

7. Rrugët e kufizuara të referimit lidhur me ushqyerjen mund të pengojnë identifikimin dhe mbështetjen e hershme

Ky vlerësim konstatoi se vetëm pak shkolla kishin sisteme formale për identifikimin dhe referimin e fëmijëve të rrezikuar nga nënpesha, mbipesha, obeziteti ose mungesa e mikronutrientëve. Ndërsa disa shkolla raportuan praktika joformale për identifikimin dhe mbështetjen e nxënësve me shqetësime shëndetësore, këto qasje nuk ishin të standardizuara dhe ndryshonin dukshëm nga njëra shkollë te tjera. Në mungesë të një sistemi të koordinuar të referimit, fëmijët me shqetësime të ndërlidhura me ushqyerjen mund të mos identifikohen herët ose të mos marrin në mënyrë të vazhdueshme shërbimet dhe mbështetjen e nevojshme shëndetësore. Shkollat mund të luajnë një rol të rëndësishëm në identifikimin e hershëm të rreziqeve të ndërlidhura me ushqyerjen, veçanërisht kur mbështeten nga rrugë të qarta referimi dhe kur bashkëpunojnë ngushtë me shërbimet e kujdesit parësor shëndetësor. Mekanizmat e standardizuar të referimit mund të ndihmojnë për të siguruar që fëmijët të marrin me kohë vlerësim, trajtim dhe kujdes vijues, duke forcuar njëkohësisht koordinimin ndërmjet sektorëve të arsimit dhe shëndetësisë.

Rekomandim: Të krijohen sisteme të qarta e të standardizuara të referimit që ndërlidhin shkollat me shërbimet e kujdesit parësor shëndetësor, me qëllim që të sigurohet identifikimi i hershëm dhe menaxhimi i përshtatshëm i çrregullimeve të ndërlidhura me ushqyerjen.

8. Politikat e aktivitetit fizik janë të konsoliduara mirë, por mangësitë në infrastrukturë vazhdojnë

Ky vlerësim konstatoi se kërkesa që shkollat të ofrojnë së paku 90 minuta edukim fizik në javë zbatohej në pothuajse të gjitha shkollat, duke dëshmuar për një përvetësim në shkallë të gjerë të kësaj politike. Nxënësit raportuan gjithashtu nivele të larta mbështetjeje për mundësitë e aktivitetit fizik brenda shkollave. Megjithatë, vazhdojnë të ekzistojnë sfida të rëndësishme, si hapësirat e kufizuara për aktivitet fizik në disa shkolla, pajisjet sportive të papërshtatshme ose të vjetruara, qasja e kufizuar në objekte, si dhe mungesa e infrastrukturës për të mbështetur pjesëmarrjen e nxënësve, përfshirë ata me aftësi të kufizuara. Këto mangësi mund të kufizojnë cilësinë, gjithëpërfshirjen dhe efektivitetin e mundësive të aktivitetit fizik në dispozicion të nxënësve.

Rekomandim: Të forcohen politikat ekzistuese të aktivitetit fizik në shkolla përmes investimeve të vazhdueshme në infrastrukturë, pajisje dhe objekte të sigurta e gjithëpërfshirëse.

9. Monitorimi i vazhdueshëm dhe llogaridhënia janë thelbësore për përparim të qëndrueshëm

Krijimi i mjediseve më të shëndetshme të ushqyerjes në shkolla kërkon më shumë sesa zhvillimin dhe zbatimin e politikave; ai kërkon gjithashtu sisteme të forta për monitorimin e përparimit, identifikimin e sfidave që shfaqen, si dhe mbështetjen e përmirësimit të vazhdueshëm. Përvoja ndërkombëtare dëshmon se sistemet rutinore të monitorimit dhe mbikëqyrjes janë kyçe për të siguruar llogaridhënien, për të ndjekur zbatimin dhe për të vlerësuar ndikimin e nismave të shëndetit dhe ushqyerjes në shkolla me kalimin e kohës. Përfshirja e këndvështrimeve të nxënësve në këto sisteme është veçanërisht e rëndësishme, pasi nxënësit janë përfituesit kryesorë të politikave të ushqyerjes në shkolla dhe mund të ofrojnë njohuri të vlefshme për pranueshmërinë, qasshmërinë e cilësinë e ushqimit, edukimin për ushqyerjen, mundësitë për aktivitet fizik dhe mjediset më të gjera të shëndetit në shkolla. Krijimi i mekanizmave të rregullt të monitorimit do t'i mundësonte Kosovës të ndiqte përparimin kundrejt objektivave, të krahasonte performancën me vendet e tjera të rajonit dhe me caqet globale të ushqyerjes dhe shëndetit, si dhe të identifikonte fushat që kërkojnë mbështetje ose investime shtesë. Integrimi i treguesve të përzgjedhur nga Instrumenti për vlerësimin e mjedisit të ushqyerjes për shkolla (NEAT-S) në sistemet ekzistuese të informacionit dhe monitorimit të arsimit do të ofronte një qasje praktike dhe të qëndrueshme për mbledhjen e të dhënave të krahasueshme me kalimin e kohës, duke minimizuar njëkohësisht barrën shtesë të raportimit për shkollat.

Rekomandim: Të krijohet një kornizë kombëtare e monitorimit dhe llogaridhënies për mjediset e ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkolla. Kjo duhet të përfshijë mbledhjen rutinore të treguesve kyç për disponueshmërinë e ushqimit, ofrimin e shujtave në shkolla, ekspozimin ndaj marketingut, qasjen në ujë të pijshëm, edukimin për ushqyerjen, mundësitë për aktivitet fizik dhe sistemet e referimit, krahas mekanizmave për regjistrimin e përvojave dhe kënaqshmërisë së nxënësve. Aty ku është e realizueshme, tregues të përzgjedhur të NEAT-S duhet të integrohen në sistemet ekzistuese të informacionit të arsimit dhe shëndetësisë, me qëllim që të mundësohen monitorimi i rregullt, krahasimi me caqet rajonale dhe globale dhe vendimmarrja e bazuar në dëshmi.

Faktorët e suksesit në zbatimin e projektit dhe mësimet e nxjerra

Zbatimi i Vlerësimit të mjedisit të ushqyerjes në shkolla në Kosovë u bë i mundur falë bashkëpunimit të ngushtë ndërmjet Ministrisë së Shëndetësisë (MSH), Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës, Institutit Kombëtar të Shëndetësisë Publike, Zyrës së UNICEF-it në Kosovë, Drejtorive Komunale të Arsimit dhe Universitetit Deakin. Seksioni në vijim paraqet mësimet kryesore të nxjerra nga zbatimi i këtij vlerësimi, të cilat mund të ndihmojnë në sigurimin e informacionit për vlerësimet e ardhshme të mjediseve të ushqyerjes në shkolla dhe për përpjekjet e monitorimit.

Fusha	Faktorët e suksesit dhe mësimet e nxjerra
Pilotimi	Faza e pilotimit luajti një rol vendimtar në përshtatjen e instrumenteve të anketimit dhe përmirësimin e procesit të përgjithshëm të mbledhjes së të dhënave. Duke e testuar fillimisht paketën e instrumenteve në një numër të përzgjedhur shkollash, grupi hulumtues mundi të vlerësonte organizimin logjistik, të testonte të kuptuarit e pyetjeve nga nxënësit dhe të identifikonte fushat për përmirësimin e instrumenteve. Kjo përvojë e drejtpërdrejtë në terren i mundësoi ekipit të përshtaste dhe planifikonte procedura shumë më efikase të mbledhjes së të dhënave para shtrirjes së plotë në mbarë vendin.
Mbledhësit e të dhënave: kapacitetet dhe koordinimi	Mbledhja e të dhënave u krye nga një ekip i vogël prej dy hulumtuesish në shtatë rajone të Kosovës. Koordinimi i ngushtë i ekipit, njohja e instrumenteve të studimit dhe përvoja e mëparshme në hulumtime në terren mundësuan zbatim efikas dhe mbledhje të të dhënave me cilësi të lartë. Për vlerësimet e ardhshme, veçanërisht nëse kryhen në shkallë më të gjerë, personeli shtesë në terren mund të ndihmonte në rritjen e efikasitetit dhe uljen e ngarkesës logjistike.
Logjistika e mbledhjes së të dhënave	Shtrirja gjeografike relativisht e vogël e Kosovës lehtësoi udhëtimin ndërmjet komunave dhe mundësoi përfundimin e mbledhjes së të dhënave brenda afatit të planifikuar. Megjithatë, aktivitetet e mbledhjes së të dhënave duhej të planifikoheshin me kujdes gjatë orëve të mëngjesit, pasi shumë shkolla punonin me ndërrime dhe i përfundonin mësimet herët gjatë ditës. Studimet e ardhshme duhet t'i marrin parasysh këto kufizime të orarit gjatë planifikimit.
Angazhimi i pjesëmarrësve	Grupi hulumtues u përball me pak sfida lidhur me të kuptuarit e instrumenteve të anketimit nga ana e nxënësve. Kur kërkoheshin sqarime, hulumtuesit ofronin shpjegime shtesë për të siguruar që nxënësit t'i kuptonin plotësisht pyetjet para se të përgjigjeshin. Kjo kontribuoi në administrimin pa vështirësi të anketës, si dhe në arritjen e një shkalle të lartë pjesëmarrjeje, duke vënë në pah rëndësinë e pranisë së hulumtuesve gjatë anketimit të nxënësve.
Mbështetja e palëve të interesit dhe angazhimi i shkollave	Mbështetja e fuqishme nga Ministria e Shëndetësisë, Ministria e Arsimit dhe Shkencës dhe Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike të Kosovës lehtësoi qasjen në shkolla dhe kontribuoi në një pritje pozitive nga udhëheqja dhe personeli i shkollave. Shkollat në përgjithësi ishin mjaft bashkëpunuese dhe mbështetëse gjatë gjithë procesit të mbledhjes së të dhënave.
Përshtatja dhe validimi i instrumenteve	Procesi i përshtatjes dhe validimit të instrumenteve NEAT-s eci pa vështirësi falë angazhimit aktiv të palëve të interesit nga shumë sektorë. Mbështetja dhe koordinimi i vazhdueshëm teknik i ofruar nga UNICEF-i ishin faktorë të rëndësishëm mundësues gjatë gjithë procesit.
Rëndësia për politikat dhe pronësia	Një pikë e fortë kyçe e vlerësimit ishte përputhshmëria e tij me përpjekjet e vazhdueshme kombëtare për promovimin e të ushqyerit të shëndetshëm te fëmijët e moshës shkollore. Meqë studimi kontribuon në zbatimin e planit të veprimit për të ushqyerit e shëndetshëm, palët e interesit dëshmuan një ndjenjë të fortë pronësie dhe interesi për gjetjet, duke rritur potencialin që rezultatet të shërbejnë për orientimin e politikave dhe programeve të ardhshme.

Përfundimet

Kosova ka një mundësi të rëndësishme për të përmirësuar mjediset e ushqyerjes në shkolla në një kohë kur ndryshimi i sistemeve ushqimore dhe disponueshmëria gjithnjë e më e madhe e ushqimeve të përpunuara po formësojnë dietat e fëmijëve dhe po kontribuojnë në rritjen e barrës së mbipeshës, obezitetit dhe sëmundjeve jo të transmetueshme të lidhura me dietën. Ky vlerësim ka identifikuar pikat e forta të rëndësishme, duke përfshirë ofrimin e gjerë të aktivitetit fizik të organizuar dhe shembuj të inovacionit lokal, por gjithashtu edhe mundësi për t'i mbrojtur më mirë fëmijët nga mjediset ushqimore jo të shëndetshme, si dhe për të përmirësuar qasjen në ushqim me vlera ushqyese, ujë të pijshëm të sigurt, edukim për ushqyerjen dhe shërbime shëndetësore të ndërlidhura me ushqyerjen. Një kornizë gjithëpërfshirëse e politikave dhe legjislacionit, e mbështetur nga investime të vazhdueshme, zbatim efektiv dhe monitorim rutinor, mund të ndihmojë për të siguruar që të gjitha shkollat të ofrojnë mjedise që mbështesin shëndetin dhe mirëqenien e fëmijëve. Vlen të theksohet se bashkëpunimi i ngushtë ndërmjet Ministrisë së Shëndetësisë, Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës, Institutit Kombëtar të Shëndetësisë Publike të Kosovës, Drejtorive Komunale për Arsim, shkollave, prindërve dhe nxënësve gjatë gjithë këtij vlerësimi ofron një bazë të fortë për veprim të koordinuar. Mbështetja në këto partneritete mund të ndihmojë në shndërrimin e gjetjeve në përmirësime të qëndrueshme të mjediseve shkollore dhe shëndetit të fëmijëve.

Referencat

1. Popkin BM, Corvalan C and Grummer-Strawn LM. Dynamics of the double burden of malnutrition and the changing nutrition reality. Lancet 2020; 395: 65-74. 20191215. DOI: 10.1016/s0140-6736(19)32497-3 [Popkin BM, Corvalan C dhe Grummer-Strawn LM. Dynamikat e barrës së dyfishtë të kequshqyerjes dhe realiteti i ushqyerjes që po ndryshon. Lancet 2020; 395: 65-74. 20191215. DOI: 10.1016/s0140-6736(19)32497-3]
2. UNICEF. A Review of the School-Aged Children & Adolescents Nutrition in Europe and Central Asia Region. In: UNICEF - ECARO, (ed.). 2021 [UNICEF. Rishikim i ushqyerjes së fëmijëve të moshës shkollore dhe adoleshentëve në Evropë dhe në rajonin e Azisë Qendrore. Në: UNICEF - ECARO, (red.). 2021]
3. World Health Organization. WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI): Report on the sixth round of data collection, 2022-2024. Copenhagen2025 [Organizata Botërore e Shëndetësisë. Iniciativa Evropiane e OBSH-së për Mbikëqyrjen e Obezitetit në Fëmijëri (COSI): Raport për raundin e gjashtë të mbledhjes së të dhënave, 2022-2024. Kopenhagë 2025]
4. Reilly JJ and Kelly J. Long-term impact of overweight and obesity in childhood and adolescence on morbidity and premature mortality in adulthood: systematic review. International journal of obesity 2011; 35: 891-898 [Reilly JJ dhe Kelly J. Ndikimi afatgjatë i mbipeshës dhe obezitetit gjatë fëmijërisë dhe adoleshencës në sëmundshmërinë dhe vdekshmërinë e parakohshme në moshë të rritur: rishikim sistematik. International journal of obesity 2011; 35: 891-898]
5. UNICEF Kosovo. Better Start in Life for All Children in Kosovo: Policy Brief Based on MICS 2019–2020 Findings. Prishtina: UNICEF Kosovo; 2021 [UNICEF-i në Kosovë. Një fillim më i mirë në jetë për të gjithë fëmijët në Kosovë: Raport i politikave i bazuar në gjetjet e MICS 2019–2020. Prishtinë: UNICEF-i në Kosovë; 2021]
6. WHO. Policies and interventions to create healthy school food environments. Geneva: World Health Organization; 2026 [OBSH. Politikat dhe ndërhyrjet për krijimin e mjediseve ushqimore të shëndetshme në shkolla. Gjenevë: Organizata Botërore e Shëndetësisë; 2026]
7. UNESCO, UNICEF, WHO, WFP. (2023). Making Every School a Health-Promoting School: Global Standards and Indicators. https://www.who.int/publications/i/item/9789240025059 [UNESCO, UNICEF, OBSH, WFP. (2023). Shndërrimi i çdo shkolle në shkollë që promovon shëndetin: Standardet dhe treguesit globalë. https://www.who.int/publications/i/item/9789240025059]
8. Kosovo Agency of Statistics (KAS). Population and Housing Census 2024. Prishtina: KAS; 2024 [Agjencia e Statistikave të Kosovës (ASK). Regjistrimi i Popullsisë dhe Banesave 2024. Prishtinë: ASK; 2024]
9. World Bank. World Development Indicators: Kosovo. Washington DC: World Bank; 2025 [Banka Botërore. Treguesit e zhvillimit botëror: Kosova. Uashington DC: Banka Botërore; 2025]
10. UNICEF Kosovo Programme (2025). Children in Kosovo | UNICEF Kosovo Programme [Programi i UNICEF-it në Kosovë (2025). Fëmijët në Kosovë | Programi i UNICEF-it në Kosovë]
11. World Bank. The state of noncommunicable diseases in Kosovo: May 2023 [Banka Botërore. Gjendja e sëmundjeve jo të transmetueshme në Kosovë: maj 2023]
12. Nutrition, physical activity and obesity in Kosovo: from data to policy action. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2024 [Ushqyerja, aktiviteti fizik dhe obeziteti në Kosovë: nga të dhënat te veprimi në politika. Kopenhagë: Zyra Rajonale e OBSH-së për Evropën; 2024]
13. ASK, UNICEF-i në Kosovë; Të dhënat e MICS 2025 https://www.unicef.org/kosovoprogramme/reports/beyond-data-changing-reality-children-kosovo-mics-kosovo-2025]
14. Agjencia e Statistikave të Kosovës (ASK) dhe UNICEF. Anketa e Treguesve të Shumëfishtë në Kosovë 2019–2020. Prishtinë: ASK dhe UNICEF; 2020
15. Aksioni për Nëna dhe Fëmijë (AMC) dhe UBO Consulting. (2023). Vlerësimi i ushqyerjes në shkollat fillore (cikli 1-5) në Kosovë

16. [Ministria e Arsimit, Shkencës, Teknologjisë dhe Inovacionit (MASHTI). Strategjia e Arsimit 2022–2026. Prishtinë: MASHTI; 2022
17. Ministria e Arsimit, Shkencës dhe Teknologjisë. Udhëzimi Administrativ (MASHT) Nr. 03/2019 për të Ushqyerit e Shëndetshëm të Fëmijëve në Institucionet Edukative Arsimore Aftësuese të Arsimit Parauniversitar. Prishtinë: MASHT; 2019.
18. The Roles And Challenges Of Municipal Education Directorates (Med) In A Context Of School Decentralization In Kosovo - https://www.researchgate.net/profile/Elmedina-Nikoceviq-Kurti/publication/343167309_THE_ROLES_AND_CHALLENGES_OF_MUNICIPAL_EDUCATION_DIRECTORATES_MED_IN_A_CONTEXT_OF_SCHOOL_DECENTRALIZATION_IN_KOSOVO/links/5f1a02e945851515ef44b978/THE-ROLES-AND-CHALLENGES-OF-MUNICIPAL-EDUCATION-DIRECTORATES-MED-IN-A-CONTEXT-OF-SCHOOL-DECENTRALIZATION-IN-KOSOVO.pdf?origin=journalDetail [Rolet dhe sfidat e Drejtorive Komunale për Arsim (DKA) në një kontekst të decentralizimit të shkollave në Kosovë - https://www.researchgate.net/profile/Elmedina-Nikoceviq-Kurti/publication/343167309_THE_ROLES_AND_CHALLENGES_OF_MUNICIPAL_EDUCATION_DIRECTORATES_MED_IN_A_CONTEXT_OF_SCHOOL_DECENTRALIZATION_IN_KOSOVO/links/5f1a02e945851515ef44b978/THE-ROLES-AND-CHALLENGES-OF-MUNICIPAL-EDUCATION-DIRECTORATES-MED-IN-A-CONTEXT-OF-SCHOOL-DECENTRALIZATION-IN-KOSOVO.pdf?origin=journalDetail]
19. Kuvendi i Kosovës. Ligji Nr. 04/L-032 për Arsimin Parauniversitar në Republikën e Kosovës. Prishtinë: Gazeta Zyrtare; 2011
20. Education governance at the municipal level: https://www.esiweb.org/pdf/bridges/kosovo/6/15.pdf [Qeverisja e arsimit në nivel komunal: https://www.esiweb.org/pdf/bridges/kosovo/6/15.pdf]
21. Rapid Education Diagnosis – Division for Quality Assurance MESTI - https://timss2023.org/wp-content/uploads/2024/10/Kosovo.pdf [Diagnostikimi i shpejtë i arsimit – Divizioni për Sigurimin e Cilësisë MASHTI - https://timss2023.org/wp-content/uploads/2024/10/Kosovo.pdf]
22. Ministria e Arsimit, Shkencës, Teknologjisë dhe Inovacionit (MASHTI). Strategjia e Arsimit 2022–2026. Prishtinë: MASHTI; 2022
23. Health Sector Strategy 2025-2030 https://msh.rks-gov.net/Documents/DownloadDocument?fileName=Healt49443676.2903.pdf [Strategjia Sektoriale e Shëndetësisë 2025-2030 https://msh.rks-gov.net/Documents/DownloadDocument?fileName=Healt49443676.2903.pdf]
24. Kosovo* Rapid Education Diagnosis (RED): 'Addressing the weak links (2023); RED Kosovo - final report_for dissemination.pdf [Kosova* Diagnostikimi i shpejtë i arsimit (RED): "Trajtimi i hallkave të dobëta" (2023); RED Kosovo - final report_for dissemination.pdf]
25. Gjergji T, et al.(PDF) Progress towards elimination of IDD in Kosovo [Gjergji T, et al. (PDF) Progresi drejt eliminimit të IDD-së në Kosovë]
26. Republika e Kosovës. Ligji Nr. 04/L-114 për Pasurimin e Miellit. Gazeta Zyrtare e Republikës së Kosovës Nr. 26, 21 shtator 2012. Prishtinë: Kuvendi i Republikës së Kosovës; 2012.
Plani i Veprimit për të Ushqyerit Shëndetshëm 2027 - 2029. https://msh.rks-gov.net/wp-content/uploads/2026/07/DownloadDocument-9.pdf
27. Card – Global Observatory for Physical Education for Kosovo available at: https://www.globalphysicaleducationobservatory.com/card/?country=XK [Skeda – Observatori Global për Edukatën Fizike për Kosovën, e disponueshme në: https://www.globalphysicaleducationobservatory.com/card/?country=XK]
28. World Health Organization. Policies to protect children from the harmful impact of food marketing: WHO guideline. In: World Health Organization, (ed.). Geneva2023 [Organizata Botërore e Shëndetësisë. Politikat për mbrojtjen e fëmijëve nga ndikimi i dëmshëm i marketingut të ushqimit: Udhëzues i OBSH-së. Në: Organizata Botërore e Shëndetësisë, (red.). Gjenevë 2023]
29. WHO. Policies and interventions to create healthy school food environments. Geneva: World Health Organization; 2026 [OBSH. Politikat dhe ndërhyrjet për krijimin e mjediseve ushqimore të shëndetshme në shkolla. Gjenevë: Organizata Botërore e Shëndetësisë; 2026]

Shtojcat

Shtojca A: Anketa NEAT-S për mjedisin e ushqyerjes

Anketa NEAT-s për mjedisin e ushqyerjes

(Anketa e shkollës - e përshtatur për Kosovën)

Informacione përshkruese

Emri i mbledhësit të të dhënave: _____
Emri i shkollës_____
Koha e intervistës: _____
Koha e nevojshme për plotësimin e kësaj ankete (orë dhe minuta): _____
Koha e përgjithshme e kaluar në shkollë, duke përfshirë anketat e nxënësve (orë dhe minuta): _____

1. **Shkolla është:**
   a. Shkollë fillore
   b. Shkollë e mesme e ulët
   c. Shkollë fillore dhe e mesme e ulët
   d. Shkollë e mesme e lartë
2. **Shkolla është:**
   a. Private
   b. Publike
   c. Fetare
   d. Me konvikt
3. **Shkolla ndodhet në:**
   a. Zonë urbane/qytet
   b. Zonë rurale/fshat
   c. Tjetër (p.sh. zonë malore)

Pyetje për administratën e shkollës

4. **Kush po u përgjigjet pyetjeve sot?** (pozita në shkollë; përzgjidhni të gjitha alternativat që vlejnë)
   a. Drejtori i shkollës
   b. Dietologu ose një person tjetër përgjegjës për përgatitjen e shujtave të përditshme në shkollë
   c. Mësimdhënësi ose një person tjetër përgjegjës për edukimin për ushqyerjen
   d. Tjetër (shtoni hollësi): _____

Pyetje për administratorin/administratorët e shkollës

Fusha 1: Ushqimet me vlera ushqyese në shkolla

Ushqimet me vlera ushqyese në shkolla përfshijnë programet e shujtave ose zamrat e ofruara nga vetë shkolla (jo ushqimet e shitura në dyqane të vogla, makina shitëse etj.), standardet për këto shujta (duke përfshirë pasurimin e ushqimit) dhe përdorimin e zinxhirëve lokalë të furnizimit (privatë dhe/ose publikë) për ofrimin e programeve të shujtave ose zamrave në shkolla.

5. **A ka shkolla juaj ndonjë politikë, rregull formal, standard ose udhëzues tjetër lidhur me shujtat ose zamrat në shkollë?**
   (p.sh. një udhëzues në nivel shkolle ose të nivelit qendror se sa të shëndetshme duhet të jenë ushqimet dhe pijet e ofruara; një politikë që kërkon përbërës të pasuruar; një rregull që kërkon përdorimin e zinxhirëve lokalë të furnizimit)
   a. Po
   b. Jo

   Nëse po, ju lutemi shtoni hollësi për emrin e politikës, fushëveprimin dhe shkallën e zbatimit: _____

6. **Cilat nga sa vijojnë ofron rregullisht shkolla juaj?** (shënoni të gjitha alternativat që vlejnë)
   (Shënim: disa shtete e kanë përsëritur këtë pyetje për nivele të ndryshme shkollore, p.sh. klasat 1–5, 6–9, 10–12.)

   a. Program shujtash për të gjithë fëmijët
   b. Program shujtash për fëmijët në nevojë (vështirësi financiare)
   c. Program mëngjesi
   d. Program zamrash (ushqime të lehta)
   e. Tjetër (shtoni hollësi): _____
   f. Shkolla nuk ofron program të rregullt shujtash ose zamrash

   Nëse përgjigjja është a–e, ju lutemi jepni hollësi të mëtejshme:

- **Emri i programit:** _____
- **Përfituesit e synuar:**
  - Klasa(t): _____
  - Karakteristika të tjera (p.sh. niveli i pozitës së pafavorshme, rreziku shëndetësor): _____
- **Shkalla e zbatimit:** _____

  Nëse shkolla nuk ka program shujtash ose zamrash, vazhdoni te **Pyetja 13**. Nëse shkolla ka program shujtash ose zamrash, vazhdoni te **Pyetjet 7–10**.

7.1 **Si financohet programi i ushqimit ose pijeve?**
a. Subvencionohet plotësisht nga qeveria ose shkolla
b. Subvencionohet pjesërisht nga qeveria ose shkolla
c. Financohet nga Kombet e Bashkuara
d. Financohet nga një organizatë tjetër - Emri i organizatës: _____
e. Bashkëpagesë nga prindërit
f. Ushqimi dhurohet (nga kush?): _____

7.2 Nëse programi subvencionohet plotësisht ose pjesërisht nga qeveria, **sa është pagesa e qeverisë për fëmijë në ditë?** (EUR): _____

7.3 Nëse shujtat financohen plotësisht ose pjesërisht nga prindërit, **sa është kostoja për prindërit për fëmijë në ditë?** (EUR): _____

8. **Kush e përgatit/gatuan ushqimin?**
a. Brenda shkollës nga personeli i shkollës
b. Brenda shkollës nga nxënësit
c. Nga anëtarët e komunitetit
d. Në një objekt jashtë shkollës
e. Ofrim i kombinuar (kombinim i alternativave të mësipërme)

9. **A ka infrastrukturë dhe mbështetje logjistike të mjaftueshme për të ruajtur sigurinë dhe cilësinë e ushqimit përgjatë të gjithë zinxhirit të furnizimit dhe në shkollë?**
a. Po
b. Jo
c. Nuk e di

10. **A është programi ushqimor në përputhje me udhëzuesit që lidhen me:**
a. Standardet e ushqimit ose të ushqyerjes (p.sh. përmbajtje e ulët kripe ose pa yndyra trans)
b. Furnizimin nga prodhuesit lokalë
c. Karakteristikat mjedisore (p.sh. organik ose i siguruar në mënyrë etike, sezonal)
d. Mbetjet ushqimore
e. Tjetër (ju lutemi specifikoni): _____
f. Programi ushqimor nuk është në përputhje me udhëzues të veçantë

Mbështetja nga kompanitë ushqimore për shujtat ose zamrat në shkolla zakonisht ofrohet përmes sponsorizimit ose ofrimit të ushqimeve falas ose me çmim të reduktuar.

11. **A subvencionohet programi juaj i shujtave ose zamrave** në shkollë nga kompani lokale ose ndërkombëtare të ushqimit dhe pijeve (kjo nuk u referohet shitësve lokalë të pavarur të ushqimit me pakicë)?
a. Po
b. Jo

Nëse po, ju lutemi shtoni hollësi për emrat e kompanive dhe llojin e mbështetjes së ofruar: _____

Zinxhirët lokalë të furnizimit u referohen situatave kur përbërësit sigurohen nga prodhuesit dhe kultivuesit lokalë. Kjo nuk përfshin ofrimin e shujtave/zamrave nga ofrues lokalë që i sigurojnë përbërësit e tyre nga diku tjetër.

12. **A siguron shkolla juaj përbërës nga prodhuesit lokalë** (p.sh. i kultivon vetë ose i blen drejtpërdrejt) nga një kultivues ose treg lokal?
    a. Asnjëherë
    b. Rrallë
    c. Ndonjëherë (ju lutemi jepni më poshtë hollësi se si ndodh kjo)
    d. Shpesh (ju lutemi jepni më poshtë hollësi se si ndodh kjo)
    e. Gjithmonë

FUSHA 2: MJEDISET E SHËNDETSHME TË USHQIMIT DHE AKTIVITETIT FIZIK NË SHKOLLA

Kjo u referohet hapësirave, infrastrukturës dhe kushteve brenda dhe përreth hapësirave të shkollës, ku ushqimi është i disponueshëm dhe mund të ofrohet, blihet dhe/ose konsumohet dhe që ndikojnë në aktivitetin fizik të nxënësve.

13. **A ka shkolla juaj ndonjë politikë, rregull formal, standard ose udhëzues tjetër lidhur me mjediset ushqimore të shëndetshme?**
    (p.sh. një politikë në nivel shkolle ose të nivelit qendror që udhëzon se cilat ushqime dhe pije mund të shiten dhe të jenë objekt marketingu brenda dhe përreth shkollës; udhëzime për ushqimet e sjella nga shtëpia ose të shërbyera në ngjarjet shkollore; një udhëzues/ligj/procedurë zyrtare që siguron se shkolla ka ujë të pijshëm të pastër dhe të sigurt)
    a. Po
    b. Jo

    Nëse po, ju lutemi jepni hollësi për emrin/emrat e politikës/politikave dhe fushëveprimin: _____

14. **A ka shkolla juaj ndonjë politikë, rregull formal, standard ose udhëzues tjetër lidhur me mjediset e aktivitetit fizik?**
    (p.sh. një politikë shkollore/qendrore/rajonale që përcakton kohën minimale javore për edukatën fizike; udhëzime për lojë aktive gjatë pushimeve ose ecje drejt/nga shkolla)
    a. Po
    b. Jo

    Nëse po, ju lutemi jepni hollësi për emrin/emrat e politikës/politikave dhe fushëveprimin: _____

15. **A u lejohet nxënësve të blejnë shujta apo zamrave nga dyqanet ushqimore jashtë hapësirave të shkollës gjatë orarit shkollor?**
    a. Po
    b. Jo

16. **A u ofrohet prindërve informacion për vlerën ushqyese të ushqimeve (zamrave/shujtave) që nxënësit marrin nga shtëpia?**
    a. Po
    b. Jo

17. **Kur nxënësit blejnë ushqime në shkollë (brenda ose përreth hapësirave të shkollës), a merren masa për të siguruar që ushqimet më të shëndetshme të jenë më të lira sesa ushqimet jo të shëndetshme?**
    Nëse po, ju lutemi shtoni hollësi më poshtë.
    a. Po
    b. Jo
    c. Nuk është e aplikueshme (nxënësit nuk mund të blejnë ushqime ose pije nga shkolla)

    Hollësi: _____

18. **Cili është burimi kryesor i ujit të pijshëm në shkollë?**
    a. Furnizimi nga ujësjellësi (rrjeti i ujësjellësit)
    b. Pus i mbrojtur ose pus i shpuar/burim i mbrojtur
    c. Ujë shiu
    d. Pus i pambrojtur ose pus i shpuar/burim i pambrojtur
    e. Ujë i ambalazhuar
    f. Kamion-cisternë uji
    g. Ujë sipërfaqësor
    h. Pa furnizim me ujë
    i. Tjetër (ju lutemi jepni hollësi): _____

    Hollësi: _____

FUSHA 3: SHËRBIMET E USHQYERJES NË SHKOLLA

19. **A ka shkolla juaj një program ose proces formal për referimin e fëmijëve të identifikuar me rrezik shëndetësor të ndërlidhur me ushqyerjen** (p.sh. nënpeshë, mbipeshë, obezitet) te një shërbim shëndetësor lokal?
    a. Po, referimet janë pjesë e një programi formal
    b. Jo, por referimet bëhen në mënyrë joformale, rast pas rasti
    c. Jo, nuk ka procedurë formale ose referime
    d. Nuk jam i/e sigurt

FUSHA 4: EDUKIMI PËR USHQYERJEN NË KURRIKULËN SHKOLLORE

20. **Kush e ofron edukimin për ushqyerjen për nxënësit në këtë shkollë?**
    (shënoni të gjitha alternativat që vlejnë)
    a. Një mësimdhënës i caktuar për shëndetin ose ushqyerjen
    b. Mësimdhënësi i sportit/edukatës fizike
    c. Mësimdhënësi i shkencave
    d. Mësimdhënësi i një lënde tjetër
    e. Personeli për mirëqenie/kujdes baritor (klerikë fetarë) ose psikologu
    f. Infermieri i shkollës ose një profesionist tjetër shëndetësor
    g. Ofrues i jashtëm
    h. Tjetër (shtoni hollësi): _____
    i. Edukimi për ushqyerjen nuk ofrohet brenda shkollës

    Hollësi: _____

    Nëse përgjigjja në Pyetjen 20 është "i", kaloni te **Pyetja 22**.

21. Sa kohë në muaj i kushtohet edukimit për ushqyerjen?
a. Më pak se 30 minuta
b. Ndërmjet 30 minutave dhe 1 ore
c. Ndërmjet 1 ore dhe 1.5 orë
d. Më shumë se 1.5 orë
e. Më rrallë se një herë në muaj (ju lutemi shtoni hollësi)

Hollësi (p.sh. 2–3 herë në javë nga një ofrues i jashtëm): _____

22. A ofron shkolla edukim për ushqyerjen për prindërit/komunitetin?
a. Po (së paku një herë në vit)
b. Jo

23. Sa kohë në javë kalojnë nxënësit duke marrë pjesë në aktivitete fizike të organizuara nga shkolla?
(ju lutemi përditësoni nivelet e klasave sipas rastit)

	≥90 minuta/ javë	**<90 minuta/javë**
a. Klasat 1–5		
b. Klasat 6–9		
c. Klasat 10–12		
d. Në shkollë nuk ofrohet aktivitet fizik i organizuar		

Pyetje për vëzhgim të drejtpërdrejtë

Përkufizime (për përdorim nga vëzhguesi)

- **Pijet e ëmbëlsuara me sheqer** përfshijnë të gjitha pijet me sheqer të shtuar, pijet me fruta nga koncentrati i frutave <100% dhe qumështin e aromatizuar (p.sh. me çokollatë, vanilje).
- **Pijet e ëmbëlsuara artificialisht** (të quajtura edhe pije pa sheqer/dietike) ëmbëlsohen me zëvendësues të sheqerit pa kalori ose me pak kalori.
- **Ushqimet nga qumështi** përfshijnë ushqimet e prodhuara nga qumështi ose që e përmbajnë atë, duke përfshirë djathin, kosin dhe pijet e paëmbëlsuara me bazë qumështi.
- **Ushqimet nga drithërat integrale** përmbajnë drithëra në formën e tyre të plotë (oriz, elb, tërshërë, misër, grurë).
- **Ushqimet e skuqura në shumë vaj** gatuhen/ngrohen duke u skuqur në sasi të mëdha vaji (p.sh. çipsa/patate të skuqura, pulë/peshk i skuqur, petulla).
- **Uji i pijshëm i sigurt** është ujë i trajtuar dhe i vlerësuar rregullisht sipas *Udhëzimit Administrativ Nr. 16/2012 për Cilësinë e Ujit për Konsum nga Njeriu* të Ministrisë së Shëndetësisë, për të siguruar që është i sigurt për t›u pirë.

- **Ushqimet e paketuara me përmbajtje të lartë kripe** përmbajnë sasi të larta kripe (duke përdorur vlera referuese në përputhje me modelet kombëtare të profilit ushqyes ose udhëzuesit e ushqyerjes) dhe i ofrohen shkollës në formë të paketuar (p.sh. supa të çastit, biskota, çipsa).
- **Ushqimet e ëmbla të paketuara** përmbajnë sheqerna të shtuara dhe ofrohen të paketuara (p.sh. karamele, mafinë/torta, akullore).
- **Marketingu** është çdo formë komunikimi tregtar që synon ose ka si efekt rritjen e njohjes, tërheqshmërisë dhe/ose konsumit të produkteve, markave ose shërbimeve të caktuara, duke përfshirë reklamimin, sponsorizimin, marketingun e drejtpërdrejtë (p.sh. dhuratat falas), vendosjen e produkteve dhe shfaqjen në vende të dukshme të logove të markave.
- **Prania e markave** është prania e dukshme e logove (të plota ose të pjesshme) të kompanive të ushqimit ose pijeve brenda hapësirave të shkollës, në infrastrukturën e shkollës ose në materialet shkollore.

FUSHA 1: USHQIMET ME VLERA USHQYESE NË SHKOLLA

Nëse shkolla nuk ofron shujta ose zamrave në shkollë (përzgjidhni «nuk është e aplikueshme» për dy pyetjet në vijim).

25. A përfshinte programi i sotëm i shujtave ose zamrave në shkollë? (shënoni të gjitha alternativat që vlejnë)

o Nuk është e aplikueshme

Shujta / zamrat:
a. Fruta
b. Perime
c. Drithëra integrale ose bishtajore/thjerrëza
d. Produkte të qumështit
e. Asnjëra nga këto

25. A përfshinte programi i sotëm i shujtave ose zamrave në shkollë? (shënoni të gjitha alternativat që vlejnë)

o Nuk është e aplikueshme

Shujta / Zamrat:
a. Pije të ëmbëlsuara (përfshirë qumështin e aromatizuar)
b. Pije energjike
c. Ushqime të skuqura
d. Ushqime të paketuara me përmbajtje të lartë kripe
e. Ushqime të ëmbla (mafinë, ëmbëlsira)
f. Asnjëra nga të mësipërmet

26. Çfarë lloji kripe përdor shkolla? (Nëse është e mundur, kërkojini dikujt që merret me përgatitjen e shujtave/zamrave t'jua tregojë kripën.)
a. Të jodizuar
b. Të pajodizuar
c. Nuk e di/pa përgjigje
d. Shujtat/zamrat nuk përgatiten në shkollë

27. **Sa e vështirë është për shkollën të blejë kripë të jodizuar?** (Nëse është e mundur, pyetni dikë që merret me përgatitjen e shujtave/zamrave.)
    a. Nuk është e vështirë; kripa e jodizuar është standarde
    b. Disi e vështirë
    c. E vështirë
    d. Shujtat/zamrat nuk përgatiten në shkollë

28. **A janë të mjaftueshme ambientet/pajisjet/mjetet në vijim për përgatitjen e shujtave dhe/ose zamrave shkollore brenda hapësirave të shkollës?**
    Nuk është e aplikueshme / Po / Jo / Nuk jam i/e sigurt
    a. Tenxhere, tiganë, enë kuzhine
    b. Furra/soba për gatim
    c. Frigoriferë/hapësira frigoriferike
    d. Ujë i sigurt për gatim
    e. Hapësira të pastra për përgatitjen e ushqimit
    f. Hapësira për ndarjen e përbërësve të gatuar nga ata të pagatuar
    g. Personel kuzhine i trajnuar për përgatitjen e ushqimit

FUSHA 2: MJEDISET E SHËNDETSHME TË USHQIMIT DHE AKTIVITETIT FIZIK

Nëse nxënësit nuk mund të blejnë ushqime dhe pije brenda hapësirave të shkollës, përzgjidhni "nuk është e aplikueshme" për Pyetjet 29–30.

29. **A shiten ushqime dhe/apo pije në këtë shkollë** (p.sh. përmes minimarketeve, mensës, kioskës, makinës/makinave shitëse)?

- Nuk është e aplikueshme
  a. Po
  b. Jo

30. **Cilat nga pijet në vijim janë të disponueshme për blerje në këtë shkollë sot** (dita e vlerësimit), përfshirë në makinat shitëse? (shënoni të gjitha alternativat që vlejnë)

- Nuk është e aplikueshme
  a. Pije të ëmbëlsuara (përfshirë qumështin e aromatizuar)
  b. Pije energjike
  c. Pije pluhur me sheqer të shtuar
  d. Pije të ëmbëlsuara artificialisht
  e. Lëng 100% frutash
  f. Qumësht i thjeshtë
  g. Ujë i thjeshtë
  h. Ujë i aromatizuar
  i. Tjetër

31. **A është ndonjë nga produktet që vijojnë në dispozicion për shitje në këtë shkollë sot** (dita e vlerësimit)?

- Nuk është e aplikueshme

a. Ushqime të skuqura në shumë vaj
b. Ushqime të kripura
c. Ushqime të ëmbla
d. Mish i përpunuar

32. **A janë frutat (të freskëta ose të konservuara) në dispozicion për shitje për nxënësit sot** (dita e vlerësimit)?
    Nuk është e aplikueshme
    a. Jo
    b. Po

33. **A kanë nxënësit qasje në ujë të pijshëm falas dhe të sigurt sot (dita e** vlerësimit)?
    a. Jo
    b. Po, uji i pijshëm i sigurt është i disponueshëm, por i pamjaftueshëm për të plotësuar nevojat e nxënësve dhe personelit
    c. Po, uji i pijshëm i sigurt është i disponueshëm, por cilësia dhe siguria e tij nuk vlerësohen rregullisht
    d. Po, uji i pijshëm i sigurt është i disponueshëm, i mjaftueshëm për nxënësit dhe personelin dhe vlerësohet rregullisht për cilësi dhe siguri

34. **Brenda hapësirave të shkollës, a ka marka të dukshme të kompanive të ushqimit dhe pijeve në:**
    a. Materiale edukative
    b. Çmime/shpërblime për arritje mësimore
    c. Çmime/shpërblime sportive
    d. Uniforma shkollore ose pajisje sportive
    e. Infrastrukturë shkollore (p.sh. makina shitëse, frigoriferë/ngrirës, pajisje për aktivitet fizik/kënde lojërash)
    f. Tjetër (shtoni hollësi): _____
    g. Në shkollë nuk ka ushqime/pije të sponsorizuara ose dhurata me marka

    Ju lutemi shtoni hollësi se cilat marka janë të dukshme, ku dhe si: _____

35. **A i promovojnë kompanitë e ushqimit dhe pijeve markat dhe produktet e tyre në këtë shkollë përmes ndonjërës nga mënyrat në vijim?** (shënoni të gjitha alternativat që vlejnë dhe shtoni hollësi)
    a. Dhurata falas/produkte promovuese
    b. Përdorimi i personazheve të filmave vizatimorë
    c. Mbështetja nga persona të famshëm/figura publike
    d. Reklama (postera, banderola)
    e. Zbritje çmimesh
    f. Shujta/zamrave në shkollë
    g. Në shkollë nuk ka promovim të ushqimeve ose pijeve

    Ju lutemi përshkruani se cilat marka promovohen dhe si: _____

36. **Gjatë ecjes përreth perimetrit të shkollës (aty ku është e mundur), a është e dukshme jashtë hapësirave të shkollës shitja e ushqimeve me përmbajtje të lartë yndyre, kripe apo sheqeri?**
    a. Po
    b. Jo
    c. Përreth perimetrit të shkollës nuk shiten ushqime ose pije

37. A ka shkolla një kopsht perimesh?
a. Po (shtoni hollësi më poshtë)
b. Jo

Ju lutemi jepni hollësi se si përdoren prodhimet e kopshtit (p.sh. konsumohen nga nxënësit në shkollë, përdoren në shujtat shkollore): _____

38. A janë objektet dhe pajisjet sportive/për aktivitet fizik të qasshme për të gjithë nxënësit (terrene, salla sportive, pajisje)?
a. Po
b. Po, por me cilësi të dobët ose qasje të kufizuar
c. Nuk ka në dispozicion

39. A ka kjo shkollë hapësirë të mjaftueshme për aktivitete fizike, e cila është e qasshme për të gjithë nxënësit?
a. Po, ka hapësirë të mjaftueshme të qasshme për të gjithë nxënësit
b. Po, por me hapësirë të kufizuar që nxënësit të vrapojnë
c. Nuk ka në dispozicion

40. A janë programet e ushqyerjes në shkolla të përshtatura sipas nevojave të veçanta dietike?
a. Po
b. Jo
c. Nëse po, jepni hollësi: _____

41. A ofron shkolla ambiente të qasshme për aktivitet fizik për personat me aftësi të kufizuara fizike?
a. Po
b. Jo
c. Nëse po, jepni hollësi: _____

Shtojca B: Anketa NEAT-S për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve

Anketa NEAT-s për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve

(E përshtatur për Kosovën)

Shkolla:	**Klasa:**	**Mosha:**	**Gjinia:**

Ju lutemi na tregoni nëse pajtoheni ose nuk pajtoheni me pohimet në vijim:

Pohimi	**Nuk pajtohem aspak**	**Nuk pajtohem**	**Neutral**	**Pajtohem**	**Pajtohem plotësisht**
1. Shkolla ime ofron ushqim të shëndetshëm					
2. Mund të blej ushqim të shëndetshëm në shkollën time nëse dua					
3. Mund të blej ushqim jo të shëndetshëm në shkollën time nëse dua					
4. Ka logo ose imazhe të kompanive të ushqimit ose pijeve përreth shkollës sime					
5. E kam të lehtë të blej ushqim jo të shëndetshëm nga dyqanet përreth shkollës					
6. Shkolla ime më ofron mundësi të merrem me sport / të jem fizikisht aktiv/e					
7. Kam qasje në ujë të pijshëm të pastër dhe të sigurt sa herë që jam në shkollë					
8. Në shkollën time ka hapësirë të mjaftueshme për të vrapuar dhe luajtur					
9. Zakonisht e marr drekën nga shtëpia në shkollë					

2. A do të pajtoheshit ose nuk do të pajtoheshit me këto veprime:

Pohimi	**Nuk pajtohem aspak**	**Nuk pajtohem**	**Neutral**	**Pajtohem**	**Pajtohem plotësisht**
1. Shkolla duhet të ofrojë shujta falas për të gjithë nxënësit					
2. Ushqimi që u jepet nxënësve në shkollë duhet të jetë i shëndetshëm dhe me vlera ushqyese					
3. Ushqimet dhe pijet e shëndetshme që blihen brenda shkollës duhet të jenë të lira					
4. Shitja e ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme brenda shkollës duhet të ndalohet					
5. Reklamimi i ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme duhet të ndalohet në shkollë					
6. Pranimi i artikujve falas (p.sh. lapsa, fletore etj.) nga kompani që reklamojnë ushqime ose pije jo të shëndetshme në shkollë duhet të ndalohet					
7. Të gjithë nxënësit duhet të marrin pjesë në aktivitete fizike çdo ditë					
8. Shkollat duhet t'u ofrojnë nxënësve më shumë informacion për ushqimet e shëndetshme e jo të shëndetshme dhe pasojat e të ushqyerit jo të shëndetshëm					
9. Ushqimi në shkollë duhet të vijë nga prodhuesit lokalë					
10. Shkolla duhet të ofrojë hapësira ose serra për kultivimin e frutave dhe perimeve që nxënësit t'i konsumojnë					

Shtojca C: Pyetësori për cilësinë e dietës



PYETËSORI PËR CILËSINË E DIETËS (DQQ)

	Dje, a keni ngrënë ndonjërin nga ushqimet në vijim:	(rrethoni përgjigjen)
1	Bukë, pite, oriz, makarona, produkte të kripura brumi, byrek, bukë misri, qull misri apo miell misri?	PO ose JO
2	Kokrra gruri, hikërror, elb, tërshërë, bullgur apo kokoshka?	PO ose JO
3	Patate?	PO ose JO
4	Fasule të bardha, bathë, thjerrëza, bizele apo qiqra?	PO ose JO
	Dje, a keni ngrënë ndonjërën nga perimet në vijim:	
5	Karota, kungull, spec të kuq apo ajvar?	PO ose JO
6.1	Spinaq, rukolë, brokoli, gjethe rrushi apo hithra?	PO ose JO
7.1	Domate, spec të gjelbër, kastravec, patëllxhan, lulelakër, lakër apo panxhar?	PO ose JO
7.2	Presh, kungulleshka, fasule të gjelbra, sallatë jeshile, kërpudha ose bamje?	PO ose JO
	Dje, a keni ngrënë ndonjë nga frutat në vijim:	
8	Pjepër me tul portokalli, kajsi apo kajsi të thata?	PO ose JO
9	Portokall, mandarinë apo grejpfrut?	PO ose JO
10.1	Banane, mollë, shalqi, rrush, fruta pylli, qershi ose hurma të thata?	PO ose JO
10.2	Fiq ose fiq të thatë, shegë, dardhë, kumbulla, ftonj, kivi, pjeshkë apo nektarina?	PO ose JO
	Dje, a keni ngrënë ndonjërën nga ëmbëlsirat në vijim:	
11	Torta, biskota, kadaif, bakllava, tullumba, petulla, revani apo trileçe?	PO ose JO
12	Karamele, çokollata, llokum, akullore, puding apo krem çokollate?	PO ose JO
	Dje, a keni ngrënë ndonjërin nga ushqimet me origjinë shtazore në vijim:	
13	Vezë?	PO ose JO
14	Djathë të bardhë, kaçkavall, djathë Sharri apo gjizë?	PO ose JO
15	Kos, ajran, kefir, qumësht të thartë apo tarator?	PO ose JO
16	Salsiçe, suxhuk, sallam, qofte, proshutë apo pashtetë?	PO ose JO
17	Mish lope, viçi, qengji apo dhie?	PO ose JO
18	Mish derri?	PO ose JO
19	Mish pule, mushkëri pule, mish gjeli deti apo rose?	PO ose JO
20	Peshk, troftë, peshk të konservuar, sardele apo fruta deti?	PO ose JO
	Dje, a keni ngrënë ndonjërin nga ushqimet e tjera në vijim:	
21	Kikirikë, arra, lajthi, bajame, fistikë, fara luledielli apo fara kungulli?	PO ose JO
22	Çipsa, si Lay's, Patos, Doritos apo Smoki?	PO ose JO
23	Makarona të çastit apo supë të çastit?	PO ose JO
24	Patate të skuqura, perime të skuqura, pulë të skuqur apo qofte të skuqura?	PO ose JO
	Dje, a keni pirë ndonjërën nga pijet në vijim:	
25	Qumësht?	PO ose JO
26	Kafe me sheqer, çaj me sheqer, qumësht me çokollatë apo Nesquik?	PO ose JO
27	Lëng frutash, pije me aromë frutash, komposto, Cedevita, limonadë apo çaj të ftohtë me sheqer?	PO ose JO
28	Pije të ëmbëlsuara të gazuara, si Coca-Cola, Fanta, Schweppes apo pije energjike, si Red Rain?	PO ose JO
	Dje, a keni marrë ushqim nga ndonjë vend si...	
29	KFC, Burger King apo Hebs?	PO ose JO

CC BY NC ND

Përshtatur nga Projekti Global për Cilësinë e Dietës, www.dietquality.org. 2023.

Shtojca D: Përkufizimet e treguesve kryesorë

Treguesi kryesor	Përkufizimi
Fusha 1: ***Ushqimetim me vlera ushqyese në shkolla***	
Përqindja e shkollave që ofrojnë shujtë ose zamër në shkollë	Shujtat dhe zamrat në shkolla përfshijnë shujtat dhe zamrat që u ofrohen nxënësve përmes një programi të financuar në shkolla (duke mos përfshirë ushqimin dhe zamrat e shitura përmes mensave, kioskave, makinave shitëse etj.)
Nga shkollat që ofrojnë shujtë ose zamër në shkollë, përqindja e atyre që përfshijnë vetëm ushqime dhe pije të shëndetshme	Shujtat dhe zamrat e shëndetshme përfshijnë fruta, perime, drithëra integrale ose produkte të qumështit DHE nuk përfshijnë asnjë ushqim të kripur të paketuar, ushqim të ëmbël të paketuar dhe ushqim të skuqur në shumë vaj, si DHE nuk përfshijnë asnjë pije të ëmbëlsuar me sheqer ose artificialisht
Nga shkollat që ofrojnë shujtë ose zamër në shkollë, përqindja e atyre që furnizohen nga furnizues lokalë	Përfshin përbërës, shujta ose zamër të furnizuara nga kultivuesit, prodhuesit ose prodhuesit industrialë lokalë
Nga shkollat që ofrojnë shujtë ose zamër në shkollë, përqindja e shkollave që kanë infrastrukturë, hapësira ruajtjeje dhe mbështetje logjistike të përshtatshme për garantimin e sigurisë dhe cilësisë së ushqimit përgjatë zinxhirit të furnizimit dhe në shkollë?	Për shembull, kuzhina shkollore të pastra dhe funksionale, me furnizim të besueshëm me ujë dhe kushte të përshtatshme sanitare, pajisje frigoriferike dhe ngrirës për ruajtjen e sigurt të ushqimeve që prishen shpejt në shkollë dhe gjatë transportit, personel i trajnuar për trajtimin e ushqimit, ruajtjen dhe mbajtjen e evidencave, protokolle të qarta të zinxhirit të furnizimit për kontrollimin e datave të skadimit dhe ndjekjen e respektimit të kërkesave për sigurinë e ushqimit.
Nga shkollat që përgatisin shujta/zamër brenda hapësirave të shkollës, përqindja e atyre që përdorin kripë të jodizuar	Kripë e jodizuar e përdorur në përgatitjen e shujtave dhe zamrave shkollore që përgatiten brenda hapësirave të shkollës
Fusha 2: ***Mjediset e shëndetshme të ushqimit dhe aktivitetit fizik***	
Nga shkollat që shesin ushqime dhe pije, përqindja e shkollave që **nuk** shesin pije të ëmbla ose të ëmbëlsuara artificialisht	Pijet e ëmbëlsuara me sheqer ose artificialisht përfshijnë pijet e gazuara, pijet energjike, pijet pluhur dhe qumështin e aromatizuar
Nga shkollat që shesin ushqime dhe pije, përqindja e shkollave që **nuk** shesin ushqime të ëmbla, të kripura ose të skuqura në shumë vaj	Ushqimet e kripura të paketuara përfshijnë çipsat dhe makaronat e çastit, ushqimet e ëmbla të paketuara përfshijnë karamelet, mafinët, tortat dhe akulloren, ndërsa ushqimet e skuqura në shumë vaj përfshijnë patatet e skuqura në shumë vaj, pulën e skuqur dhe *dim sim*
Përqindja e shkollave që u lejojnë nxënësve të blejnë shujta ose zamra nga dyqanet ushqimore jashtë hapësirave të shkollës gjatë orarit shkollor	Pikat e shitjes së ushqimit jashtë hapësirave të shkollës përfshijnë dyqane, makina shitëse ose tregje të vendosura në afërsi, në të cilat nxënësit mund të kenë qasje gjatë orarit shkollor
Përqindja e shkollave jashtë hapësirave të të cilave nuk ka opsione të dukshme ushqimesh dhe pijesh jo të shëndetshme	Ushqimet dhe pijet jo të shëndetshme kanë përmbajtje të lartë yndyre, sheqeri ose kripe (p.sh. ushqim i shpejtë, karamele, mafinë, torta, akullore, pije të ëmbëlsuara me sheqer ose artificialisht) dhe janë të disponueshme në dyqane, makina shitëse ose tregje të vendosura pranë shkollës, në të cilat nxënësit mund të kenë qasje gjatë orarit shkollor
Përqindja e shkollave me qasje të mjaftueshme në ujë të pijshëm të sigurt, cilësia e të cilit vlerësohet rregullisht	Ujë i përmirësuar dhe i vlerësuar rregullisht për cilësinë e ujit të pijshëm, për të siguruar që është i sigurt për t'u pirë
Përqindja e shkollave që nuk kanë marketing dhe sponsorizim të ushqimit jo të shëndetshëm	Marketingu dhe sponsorizimi përfshijnë reklamimin, sponsorizimin (p.sh. të shpërblimeve shkollore), marketingun e drejtpërdrejtë (p.sh. dhuratat falas), vendosjen e produkteve dhe shfaqjen e dukshme të markave / logove (p.sh. në infrastrukturë, pajisje sportive, uniforma shkollore)
Përqindja e shkollave që kanë hapësirë të mjaftueshme dhe pajisje sportive ose për aktivitet fizik të qasshme për të gjithë nxënësit	Hapësirë në natyrë ku nxënësit mund të marrin pjesë në aktivitet fizik dhe që ka pajisje dhe objekte sportive të destinuara për sport dhe aktivitet fizik (p.sh. fusha futbolli, fusha basketbolli, litarë për kërcim, topa)
Përqindja e shkollave me kopsht për kultivimin e ushqimit	Kopshti për kultivimin e ushqimit përfshin hapësira që përdoren për kultivimin e frutave dhe perimeve, të cilat përdoren për t'u mësuar fëmijëve për kultivimin e ushqimit të shëndetshëm dhe/ose për konsum nga nxënësit në shkollë ose në shujtat shkollore

Fusha 3: *Shërbimet e ushqyerjes në shkolla*	
Përqindja e shkollave që raportojnë se i referojnë te shërbimet shëndetësore fëmijët e identifikuar si të rrezikuar nga kequshqyerja	Shërbime formale të ofruara brenda shkollave për identifikimin dhe referimin e fëmijëve dhe adoleshentëve të rrezikuar nga nënpesha, mbipesha dhe obeziteti ose mungesa ie mikronutrientëve.
Fusha 4: *Edukimi për ushqyerjen në kurrikulat shkollore*	
Përqindja e shkollave që ofrojnë edukim për ushqyerjen	Edukimi për ushqyerjen mund të ofrohet si pjesë e kurrikulave shkollore (p.sh. në orët e sportit, edukatës fizike, shkencave, shkathtësive për jetën ose në orë të tjera) ose mund të jetë një aktivitet jashtëkurrikular i ofruar nga një organizatë e jashtme

Shtojca E: Përkufizimet e treguesve të Pyetësorit për cilësinë e dietës

Treguesi	Përkufizimi
Përqindjet sipas grupeve ushqimore	Përqindja e nxënësve që konsumojnë së paku një nga nëntë grupet kyçe ushqimore (ushqime bazë me niseshte; bishtajore, fruta arrore ose fara; perime; fruta; ushqime me origjinë shtazore; ushqim i shpejtë ose makarona të çastit; zamra të kripura ose të skuqura; ushqime të ëmbla; pije të ëmbla)
All-5	Përqindja e pjesëmarrësve që kanë konsumuar të pesë grupet e rekomanduara ushqimore; së paku një perime; frutë; bishtajore, frutë arrore ose farë; ushqim me origjinë shtazore; dhe ushqim bazë me niseshte.
Rezultati i diversitetit të dietës (vlerësohet në shkallën 0-10)	Rezultati mesatar brenda një grupi të caktuar për të përcaktuar diversitetin e dietës që përfshin dhjetë komponentë kyç të dietës.
Konsumi i ushqimeve mbrojtëse	Përqindja e pjesëmarrësve që kanë konsumuar së paku një perime, një frutë DHE një drithë integral, bishtajore, frutë arrore ose farë
Konsumi i ushqimeve jo të shëndetshme	Përqindja e pjesëmarrësve që kanë konsumuar së paku: a) një pije freskuese b) më shumë se një ushqim ose pije me sheqer c) më shumë se një ushqim të kripur ultra të përpunuar ose mishra të përpunuar.
Modeli i dietës së shëndetshme për parandalimin e sëmundjeve kronike	Përqindja e popullatës që i plotëson të gjashtë kriteret: ka konsumuar a) ≥ një frutë, b) ≥ një perime, c) ≥ një drithë integral, bishtajore, frutë arrore ose farë, d) ≤ një ushqim ose pije me sheqer dhe asnjë pije freskuese, e) ≤ një ushqim të kripur ultra të përpunuar d) asnjë mish të përpunuar.

Shtojca F: Rezultatet e Anketës për perceptimet dhe qëndrimet e nxënësve

Perceptimet dhe qëndrimet për mjedisin e ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkollë (n =1942)						
Pohimi	Nuk pajtohem aspak	Nuk pajtohem	Neutral	Pajtohem	Pajtohem plotësisht	Gjithsej përgjigje
1. Shkolla ime ofron ushqim të shëndetshëm	1042	546	159	139	56	1942
	53.7%	28.1%	8.2%	7.2%	2.9%	100.0%
2. Mund të blej ushqim të shëndetshëm në shkollën time nëse dua	921	579	162	194	86	1942
	47.4%	29.8%	8.3%	10.0%	4.4%	100.0%
3. Mund të blej ushqim jo të shëndetshëm në shkollën time nëse dua	901	547	180	231	83	1942
	46.4%	28.2%	9.3%	11.9%	4.3%	100.0%
4. Ka logo ose imazhe të kompanive të ushqimit ose pijeve përreth shkollës sime.	1044	639	101	104	54	1942
	53.8%	32.9%	5.2%	5.4%	2.8%	100.0%
5. E kam të lehtë të blej ushqim jo të shëndetshëm nga dyqanet përreth shkollës	304	228	223	662	525	1942
	15.7%	11.7%	11.5%	34.1%	27.0%	100.0%
6. Shkolla ime më ofron mundësi të merrem me sport / të jem fizikisht aktiv/e	53	71	207	828	783	1942
	2.7%	3.7%	10.7%	42.6%	40.3%	100.0%
7. Kam qasje në ujë të pijshëm të pastër dhe të sigurt sa herë që jam në shkollë	458	412	308	481	283	1942
	23.6%	21.2%	15.9%	24.8%	14.6%	100.0%
8. Në shkollën time ka hapësirë të mjaftueshme për të vrapuar dhe luajtur	104	162	259	850	567	1942
	5.4%	8.3%	13.3%	43.8%	29.2%	100.0%
9. Zakonisht e marr drekën nga shtëpia në shkollë	104	162	259	850	567	1942
		8.3%	13.3%	43.8%	29.2%	100.0%

Perceptimet dhe qëndrimet për veprimet për përmirësimin e mjedisit të ushqyerjes dhe aktivitetit fizik në shkollë (n =1942)						
Pohimi	Nuk pajtohem aspak	Nuk pajtohem	Neutral	Pajtohem	Pajtohem plotësisht	Gjithsej përgjigje
1. Shkolla duhet të ofrojë shujta falas për të gjithë nxënësit	174	120	123	577	948	1942
	9.0%	6.2%	6.3%	29.7%	48.8%	100.0%
2. Ushqimi që u jepet nxënësve në shkollë duhet të jetë i shëndetshëm dhe me vlera ushqyese	87	80	145	745	885	1942
	4.5%	4.1%	7.5%	38.4%	45.6%	100.0%
3. Ushqimet dhe pijet e shëndetshme që blihen brenda shkollës duhet të jenë të lira	80	120	151	737	854	1942
	4.1%	6.2%	7.8%	38.0%	44.0%	100.0%
4. Shitja e ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme brenda shkollës duhet të ndalohet	234	296	380	607	425	1942
	12.0%	15.2%	19.6%	31.3%	21.9%	100.0%
5. Reklamimi i ushqimeve dhe pijeve jo të shëndetshme duhet të ndalohet në shkollë	163	285	476	649	369	1942
	8.4%	14.7%	24.5%	33.4%	19.0%	100.0%
6. Pranimi i artikujve falas (p.sh. lapsa, fletore etj.) nga kompani që reklamojnë ushqime ose pije jo të shëndetshme në shkollë duhet të ndalohet	358	500	392	453	239	1942
	18.4%	25.7%	20.2%	23.3%	12.3%	100.0%
7. Të gjithë nxënësit duhet të marrin pjesë në aktivitete fizike çdo ditë	25	69	178	763	907	1942
	1.3%	3.6%	9.2%	39.3%	46.7%	100.0%
8. Shkollat duhet t'u ofrojnë nxënësve më shumë informacion për ushqimet e shëndetshme e jo të shëndetshme dhe pasojat e të ushqyerit jo të shëndetshëm	44	91	312	892	603	1942
	2.3%	4.7%	16.1%	45.9%	31.1%	100.0%
9. Ushqimi në shkollë duhet të vijë nga prodhuesit lokalë	30	51	221	853	787	1942
	1.5%	2.6%	11.4%	43.9%	40.5%	100.0%
10. Shkolla duhet të ofrojë hapësira ose serra për kultivimin e frutave dhe perimeve që nxënësit t'i konsumojnë	208	276	402	615	441	1942
		14.2%	20.7%	31.7%	22.7%	100.0%

Shtojca G: Rezultatet e Pyetësorit për cilësinë e dietës

		Përqindja e nxënësve (n=1803)				
Treguesi / grupi ushqimor		Rurale	Urbane	Femër	Mashkull	Totali
ALL-5	%	53,1	49,7	49,9	53	51,3
Konsumi i ushqimeve mbrojtëse (PFC)	%	59,8	54,9	57,0	57,4	57,2
Së paku një perime	%	82,4	82,7	85,0	79,2	82,5
Së paku një frutë	%	87,5	84,8	86,3	85,7	86,0
Së paku një drithë integral, bishtajore, frutë arrore ose farë	%	74,9	70,3	71,2	74,1	72,4
Konsumi i ushqimeve jo të shëndetshme	%	96,7	95,3	95,9	96,0	96,0
Pije freskuese (pije të gazuara, pije energjike, çaj i ftohtë)	%	68,0	65,3	64,8	69,0	66,6
Më shumë se një ushqim ose pije me sheqer	%	89,3	85,8	89,0	85,3	87,4
Më shumë se një ushqim i kripur ultra i përpunuar	%	50,2	49,8	50,6	49,1	50,0
Mishra të përpunuar	%	59,7	61,0	56,0	66,4	60,4
Modeli i dietës së shëndetshme për parandalimin e sëmundjeve kronike (HDP)	%	1.3	1,6	1,6	1,4	1,5
Asnjë frutë dhe asnjë perime	%	4.1	6,0	4,9	5,3	5,1
Rezultati i diversitetit të dietës (DDS) (mesatarja, ds)		6,1 (1,9)	6,1 (2,0)	6,0 (1,8)	6,3 (2,0)	6,1 (1,9)
Ushqime bazë me niseshte	%	95,4	92,7	94,3	93,5	94,0
Drithëra integrale	%	17,4	19,1	18,2	18,5	18,3
Ushqime të prodhuara nga drithërat	%	90,7	87,7	89,5	88,7	89,1
Rrënjë të bardha, zhardhokë ose banane gatimi	%	36,9	37,4	37,3	36,9	37,2
Bishtajore, fruta arrore ose fara	%	71,1	66,2	67,0	70,3	68,4
Bishtajore	%	29,0	20,7	20,6	29,8	24,5
Fruta arrore ose farë	%	60,8	58,6	59,3	60,0	59,6
Së paku një perime	%	82,4	82,7	85,0	79,2	82,5
Perime me ngjyrë portokalli të pasura me vitaminë A	%	33,9	36,2	35,2	35,2	35,2
Perime me gjethe të gjelbra të errëta	%	21,7	25,1	21,2	26,7	23,5
Perime të tjera	%	75,4	77,3	79,9	71,7	76,4
Së paku një frutë	%	87,5	84,8	86,3	85,7	86,0
Fruta të pasura me vitaminë A	%	11,5	14,7	12,3	14,5	13,2
Agrume	%	46,2	46,3	46,6	45,7	46,3
Fruta të tjera	%	87,2	84,4	86,0	85,3	85,7
Së paku një ushqim me origjinë shtazore	%	94,0	96,1	94,5	96,0	95,1
Qumështi dhe produktet e tij	%	86,3	89,2	86,5	89,7	87,9
Qumësht	%	54,3	58,1	51,3	63,2	56,4
Kos	%	48,7	47,5	44,7	52,6	48,1
Djathë	%	68,6	71,5	70,2	70,1	70,2
Vezë	%	61,6	60,8	57,8	65,6	61,2
Mish, mish shpezësh ose peshk	%	56,5	57,3	52,4	62,9	80,9

Peshk ose fruta deti	%	16,0	18,7	14,8	21,1	17,5
Mish shpezësh	%	35,5	38,2	34,1	40,8	36,9
Mish i kuq i papërpunuar (ripërtypës)	%	29,7	29,0	22,3	38,5	29,3
Mish i kuq i papërpunuar (joripërtypës)	%	2.8	4,5	3,8	3,7	3,7
Mish i përpunuar		59,7	61,0	56,0	66,4	60,4
Ushqim i shpejtë ose makarona të çastit	%	43,4	43,1	43,5	43,0	43,3
Zamra të kripura ose të skuqura	%	89,3	85,6	88,6	85,6	87,3
Zamra të kripura të paketuara ultra të përpunuara	%	77,1	70,3	75,7	70,3	73,4
Makarona të çastit	%	30,9	29,0	31,0	28,4	29,8
Ushqim i shpejtë	%	22,6	28,3	24,5	27,3	25,7
Ushqime të skuqura në shumë vaj	%	37,0	40,8	37,2	41,4	39,1
Ushqime të ëmbla	%	91,8	85,2	89,0	87,2	88,2
Ëmbëlsira të pjekura ose me bazë drithërash	%	80,5	71,9	75,9	75,7	75,8
Ëmbëlsira të tjera	%	75,2	74,4	77,0	71,9	74,8
Pije të ëmbla	%	95,3	93,5	94,4	94,3	94,3
Pije freskuese (pije të gazuara, pije energjike, çaj i ftohtë)	%	68,0	65,3	64,8	69,0	66,6
Çaj, kafe ose kakao me sheqer	%	58,5	57,9	55,6	61,7	58,2
Lëng frutash dhe pije me fruta	%	78,5	76,5	79,7	74,4	77,4
Numri i nxënësve		829	974	1034	768	1803

Shtojca H: Modelet e formularëve të pëlqimit

Formulari i pëlqimit të informuar për administratorin e shkollës

I nderuar administrator i shkollës,

Jeni të ftuar të merrni pjesë në Vlerësimin e mjedisit të ushqyerjes në shkolla në Kosovë. Ky studim synon të vlerësojë mjediset ushqimore dhe të aktivitetit fizik në shkollat e mesme publike për të siguruar informacion për politikat dhe ndërhyrjet që promovojnë të ushqyerit e shëndetshëm dhe mënyrat aktive të jetesës te nxënësit.

Studimi kryhet nga Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike në bashkëpunim me UNICEF-in dhe në partneritet me hulumtues nga Universiteti Deakin në Australi. Ministria e Arsimit dhe Shkencës e ka miratuar këtë projekt dhe i ka njoftuar zyrtarisht shkollat pjesëmarrëse përmes Drejtorive Komunale për Arsim.

Përzgjedhja e mostrës përfaqësuese për vlerësimin është bërë përmes përzgjedhjes së rastësishme në bazë të vendndodhjes dhe shkollave, të cilat u konfirmuan me MASH-in.

Nëse pajtoheni të merrni pjesë, do t'ju kërkohet të plotësoni një pyetësor për administratorët dhe të mbështetni një vëzhgim të shkurtër të strukturuar të mjedisit shkollor. **Kjo do të zgjasë afërsisht 30–45 minuta.** Pyetjet kanë të bëjnë me politikat për ushqimin në shkolla, praktikat e ushqyerjes dhe mjediset e aktivitetit fizik.

Pjesëmarrja juaj është vullnetare. Mund të refuzoni t'i përgjigjeni cilësdo pyetjeje ose të tërhiqeni në çdo kohë pa pasoja. Vendimi juaj nuk do të ndikojë në marrëdhënien tuaj me asnjë institucion të përfshirë në studim.

Informacioni që jepni do të mbahet konfidencial. Përgjigjet individuale do të mbeten anonime dhe nuk do t'ju atribuohen publikisht. Të dhënat e mbledhura do të përdoren vetëm për këtë vlerësim. Gjetjet do të raportohen në formë të gjeneralizuar dhe shkollat nuk do të identifikohen individualisht, përveç nëse jepet leje e shprehur qartë. Të dhënat do të ruhen në mënyrë të sigurt dhe do të përdoren vetëm për qëllime hulumtimi dhe politikash. Mbledhësit e të dhënave janë të detyruar ta shkelin konfidencialitetin në rast të zbulimit të abuzimit ndaj një fëmije ose të sjelljeve të tjera kriminale.

Nuk parashikohen rreziqe përtej atyre të veprimtarive të zakonshme profesionale. Ndonëse nuk ka kompensim financiar, gjetjet mund të mbështesin përmirësime në politikat dhe mjediset shëndetësore në shkolla.

Nëse keni nevojë për informacion të mëtejshëm ose keni ndonjë çështje lidhur me këtë projekt, ju lutemi kontaktoni: Dafina Mucaj, Zyrtare për Shëndetësi dhe Ushqyerje, dmucaj@unicef.org + 38344409755

Pëlqimi për pjesëmarrje

E kam lexuar dhe kuptuar informacionin e mësipërm. E kuptoj se pjesëmarrja ime është vullnetare dhe se mund të tërhiqem në çdo kohë. Pajtohem të marr pjesë në këtë studim.

Emri: _____ Nënshkrimi: _____

Pozita: _____ Data: _____

Formulari i informimit dhe pëlqimit - Kujdestarët

DEKLARATA INFORMUESE DHE FORMULARI I PËLQIMIT	

DREJTUAR: ---------- (Emri i prindit ose kujdestarit) të _____ (emri i fëmijës)

Data: _____

Titulli i plotë i projektit: Vlerësimi i mjedisit të ushqyerjes në shkolla në Kosovë

Hulumtuesja kryesore: Profesoresha Sally Schultz (ndërkombëtare), profesoresha Merita Berisha (vendore)

Hulumtuese(t) bashkëpunuese: Jehona Luta, Zana Shabani

Shkolla e fëmijës suaj është ftuar të marrë pjesë në studimin "Vlerësimi i mjedisit të ushqyerjes në shkolla në Kosovë", i cili synon të vlerësojë mjedisin e ushqyerjes

brenda shkollave. Ky studim po kryhet nga Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike në bashkëpunim me UNICEF-in dhe në partneritet me hulumtues nga Universiteti Deakin në Australi. Në kuadër të këtij studimi, një grupi nxënësish të përzgjedhur brenda secilës shkollë u kërkohet gjithashtu të plotësojnë një anketë me shkrim.

Cili është qëllimi i këtij hulumtimi?

Ushqyerja kontribuon në rritjen dhe zhvillimin fizik, zhvillimin psikosocial dhe arritjet arsimore të fëmijëve. Mjedisi i ushqyerjes në një shkollë përbëhet nga ushqimet dhe pijet e disponueshme (të ofruara nga shkolla ose që mund të blihen), reklamimi i ushqimeve ose pijeve brenda dhe përreth shkollës, si dhe edukimi për ushqyerjen në kurrikulat shkollore. Qëllimi i këtij studimi është të vlerësojë mjedisin e ushqyerjes në shkolla, duke përdorur një instrument anketimi të quajtur Instrumenti për vlerësimin e mjedisit të ushqyerjes për shkolla (NEAT-S), si dhe t'i ofrojë shkollës informacion kthyes për fushat ku ka rezultate të mira ose ku mund të bëhen përmirësime. Për më shumë informata, mund t'i drejtoheni drejtorit/administratorit të shkollës ose mund të kontaktoni drejtpërdrejt znj. Dafina Muçaj (të dhënat e kontaktit ndodhen në fund). Të dhënat do të mblidhen nga znj. Jehona Luta dhe znj. Zana Shabani.

Qëllimi i kësaj deklarate

Qëllimi i kësaj deklarate informuese është t'ju ofrojë hollësi rreth hulumtimit, në mënyrë që të mund të vendosni nëse do të jepni ose jo pëlqimin për pjesëmarrjen e fëmijës suaj në anketë. Nëse pajtoheni që fëmija juaj të marrë pjesë, ju kërkojmë të nënshkruani dhe t'ia ktheni formularin e bashkëngjitur të pëlqimit drejtorit (emri i drejtorit) të shkollës (emri i shkollës). Në vend të kthimit të formularit, mund ta njoftoni gojarisht drejtorin ose mësimdhënësin e fëmijës suaj nëse dëshironi që fëmija juaj të marrë pjesë. Ju ose fëmija juaj mund ta tërhiqni pëlqimin në çdo kohë pa pasoja.

Çfarë pritet nga fëmija im?

Pas rreth 3 javësh, dy konsulente të UNICEF-it për hulumtime do ta vizitojnë shkollën dhe do të takohen me nxënësit, kujdestarët e të cilëve kanë dhënë pëlqimin për pjesëmarrje. Ato do t'ua shpjegojnë hulumtimin nxënësve dhe do të kontrollojnë nëse ata ende dëshirojnë të marrin pjesë.

Nxënësve të ftuar për të plotësuar anketën do t'u jepet një kopje e saj në letër. Anketa synon të shqyrtojë mendimet e nxënësve se sa i shëndetshëm është mjedisi i ushqyerjes dhe i aktivitetit fizik brenda shkollës së tyre, si dhe perceptimet e tyre për veprimet për përmirësimin e atij mjedisi. Anketa përfshin gjithsej tetëmbëdhjetë pohime dhe nxënësve do t'u kërkohet t'i vlerësojnë ato në një shkallë nga 1 deri në 5 për të vlerësuar qëndrimet dhe perceptimet e tyre. Këto përfshijnë pyetje si "Shkolla ime ofron ushqim të shëndetshëm dhe me vlera ushqyese" dhe "Shkolla ime më ofron mundësi të merrem me sport". Vlerësimi do të zhvillohet në klasë përmes një ankete me laps dhe letër. Pjesëmarrja e fëmijës suaj në anketë do të zgjasë afërsisht 30 – 45 minuta.

A ka ndonjë rrezik që lidhet me pjesëmarrjen?

Përveç bezdisjes që sjell plotësimi i anketës, e pranojmë se ekziston rreziku që parashtrimi i pyetjeve lidhur me ushqimin dhe ushqyerjen në mjedisin shkollor t'u shkaktojë shqetësim emocional pjesëmarrësve që mund të përballen me sfida lidhur me ushqimin dhe ushqyerjen në jetën e tyre. Nëse mendoni se kjo përbën rrezik, ju lutemi mos jepni pëlqimin që nxënësi të marrë pjesë në studim. Nëse jepni pëlqimin dhe nxënësi shfaq shqetësim emocional gjatë pjesëmarrjes në hulumtim, një mësimdhënës do të jetë i pranishëm për të ndihmuar në identifikimin e këtij shqetësimi, ndërsa mbështetja do të ofrohet nga stafi i UNICEF-it dhe shkolla. Ju do të njoftoheni menjëherë nëse ndodh kjo.

Nuk do të mblidhet asnjë informacion personal nga nxënësit që plotësojnë anketën. Pjesëmarrja është vullnetare dhe nuk ka asnjë detyrim për të marrë pjesë. Mosdhënia ose tërheqja e pëlqimit nuk do të ketë asnjë ndikim në marrëdhëniet që ju ose fëmija juaj keni me shkollën.

A ka ndonjë përfitim që lidhet me pjesëmarrjen?

Nuk ka përfitime të drejtpërdrejta për fëmijët pjesëmarrës në këtë studim. Shkolla e fëmijës suaj mund të përfitojë nga pjesëmarrja në këtë hulumtim, pasi instrumenti i anketimit synon të identifikojë fushat ku shkolla ka rezultate të mira sa i përket mjedisit të ushqyerjes dhe fushat ku mund të bëhen përmirësime, si dhe të kuptojë këndvështrimet e nxënësve. Pas përfundimit të anketës, shkollës do t'i jepen sugjerime për ndryshime të mundshme, të cilat mund të çojnë në përmirësimin e mjedisit shkollor.

Konfidencialiteti

Nuk do të mblidhet asnjë informacion personal nga asnjë nxënës që e plotëson anketën. Shkollave do t'u hiqen të dhënat identifikuese dhe ato do të zëvendësohen me një numër (p.sh. Shkolla 1, Shkolla 2). Të gjitha të dhënat do të hidhen në serverë të sigurt brenda Kosovës dhe do të transferohen në mënyrë të sigurt në Universitetin Deakin (Australi) për analizë. Vetëm ekipi hulumtues do të ketë qasje në këto të dhëna. Shkollat nuk do të mund të identifikohen në asnjë raport ose publikim që do të dalë nga ky studim. Këto të dhëna do të përdoren vetëm për qëllimet e këtij vlerësimi.

Fëmija juaj mund të vendosë të mos marrë pjesë ditën e anketimit, edhe nëse ju keni dhënë pëlqimin. Meqë nga nxënësit nuk mblidhet asnjë informacion identifikues për anketën ose grupet e fokusit, ne nuk mund ta heqim informacionin e një fëmije nga të dhënat e përbashkëta pasi të ketë përfunduar mbledhja e të dhënave në shkollë.

Megjithatë, në rast të abuzimit të një fëmije ose të sjelljeve të tjera kriminale, do të bëhet përjashtim nga konfidencialiteti me qëllim të njoftimit të autoriteteve.

Ndarja e gjetjeve

Rezultatet e këtij studimi do të përmblidhen në nivel të vendit tuaj, si dhe në të gjithë rajonin e Evropës dhe Azisë Qendrore. UNICEF-i do të hartojë një raport për gjetjet e anketës dhe rezultatet do të publikohen edhe në revista shkencore.

Miratimi etik

Ky studim është miratuar nga Fakulteti i Mjekësisë dhe do të monitorohet nga Komiteti i Etikës për Hulumtimet me Pjesëmarrje Njerëzore i Universitetit Deakin (DU-HREC) dhe Health Medical Lab IBB (kontraktor i jashtëm i UNICEF-it).

Nëse keni nevojë për informacion të mëtejshëm ose keni ndonjë çështje lidhur me këtë projekt, ju lutemi kontaktoni: Dafina Mucaj, Zyrtare për Shëndetësi dhe Ushqyerje, dmucaj@unicef.org + 38344409755

Ankesat

Nëse keni ndonjë ankesë për cilindo aspekt të projektit, për mënyrën se si po zhvillohet ai ose ndonjë pyetje për të drejtat tuaja si pjesëmarrës në hulumtim, mund të kontaktoni: Dafina Mucaj, Zyrtare për Shëndetësi dhe Ushqyerje, dmucaj@unicef.org + 38344409755

Nënshkrimi i prindit: (ju lutemi nënshkruani këtu): _____

Formulari i pajtimit të informuar për fëmijët: Anketa për vlerësimin e ushqyerjes në shkolla

Përshëndetje! Unë jam Jehona dhe me mua është Zana

Ne të dyja jemi caktuar të zhvillojmë një anketë për të mësuar më shumë për ushqimet dhe aktivitetet në shkollën tuaj. Kjo do të na ndihmojë t'i bëjmë shkollat vende më të shëndetshme për fëmijë si ti! Do të dëshironim shumë që të merrje pjesë, por së pari duam të të shpjegojmë për çfarë bëhet fjalë në këtë anketë dhe të sigurohemi që jeni dakord të na bashkoheni në këtë iniciativë. Anketat nuk do të zgjasin më shumë se 30-45 minuta.

Për çfarë bëhet fjalë në këtë anketë?

- Po u kërkojmë fëmijëve të moshës 11+ t'u përgjigjen pyetjeve për ushqimet që janë në dispozicion në shkollë, çfarë hani, si dhe për mënyrën si luani ose sa bëni aktivitete fizike.
- Përgjigjet e tua do të na ndihmojnë të kuptojmë se si ta bëjmë shkollën një vend më të mirë për të ushqyerit e shëndetshëm dhe aktivitete argëtuese.

Çfarë do të bësh?

- Do të plotësosh një anketë të shkurtër me pyetje si: "Çfarë zamra ha në shkollë?" ose "A merresh me sport në shkollë?" Kjo do të zgjasë rreth 15–20 minuta.
- Përgjigjet do t'i japësh në letër dhe unë e mësimdhënësi yt do të jemi këtu nëse të duhet ndihmë për t'i kuptuar pyetjet.

A duhet ta bësh këtë patjetër?

- Jo, kjo varet plotësisht nga ti! Mund të thuash "po" ose "jo" dhe kjo është në rregull. Askush nuk do t'ju kritikojë nëse nuk dëshiron të marrësh pjesë. Gjithashtu, nëse e fillon anketën dhe ndërron mendje, mund ta ndërpresësh në çdo kohë.

A do ta dijë dikush se çfarë thua?

- Përgjigjet e tua do të jenë konfidenciale. Nuk do ta shënojmë emrin tënd në anketë, kështu që askush nuk do ta dijë se cilat përgjigje janë të tuat. Rezultatet do t'i ndajmë në mënyrë të atillë që nuk bëhet publike se kush çfarë ka thënë. Vetëm personat që e zhvillojnë anketën do t'i shohin përgjigjet e tua dhe ne do t'i ruajmë ato në mënyrë të sigurt.

- Nëse ka ndonjë rast që e identifikojmë si abuzim, jemi të detyruar ta shkelim këtë privatësi dhe ta ndajmë informacionin.

A ka ndonjë rrezik ose përfitim?

- Plotësimi i anketës nuk paraqet asnjë rrezik. Janë vetëm disa pyetje për t'u përgjigjur dhe, meqenëse kjo nuk është test, nuk ka përgjigje të gabuara! Mund të ndihesh mirë duke ndarë mendimet e tua dhe duke ndihmuar që shkolla jote të bëhet më e shëndetshme. Nuk ka shpërblim për pjesëmarrjen, por idetë e tua mund të sjellin ndryshim për fëmijët e tjerë.

Çfarë ndodh më pas?

- Nëse dëshiron të marrësh pjesë, do të të kërkojmë të vendosësh një shenjë në kutinë më poshtë për të treguar se pajtohesh. Tashmë u kemi kërkuar leje prindërve të tu dhe ata kanë thënë se mund të vendosësh vetë. Nëse ke pyetje, mund të na pyesësh tani ose më vonë. Mund të flasësh edhe me prindin, mësimdhënësin ose kujdestarin tënd.

Për informacion shtesë

- Nëse keni nevojë për informacion të mëtejshëm ose keni ndonjë çështje lidhur me këtë projekt, ju lutemi kontaktoni: Dafina Mucaj, Zyrtare për Shëndetësi dhe Ushqyerje, dmucaj@unicef.org + 38344409755

Zgjedhja jote: E kam lexuar (ose dikush ma ka lexuar) se për çfarë bëhet fjalë në këtë anketë dhe e kuptoj atë. E di se mund ta ndërpres në çdo kohë dhe se përgjigjet e mia do të jenë private.

☐ Po, unë (emri) dua ta plotësoj anketën.

☐ Jo, nuk dua ta plotësoj anketën.

Annex I: Grupi punues për zbatimin e Vlerësimi i mjediseve të ushqyerjes në shkolla në Kosovë (NEATs)

- Merita Berisha – Koordinatore
- Ardita Baraku
- Drita Zogaj
- Leonora Shala
- Anisa Krasniqi
- Dafina Mucaj
- Jehona Luta
- Zana Shabani Isenaj
- Kathreen Backholer
- Sally Schultz

unicef | for every child

UNICEF-i në Kosovë

Web: www.unicef.org/kosovoprogramme
Facebook: UNICEF Kosovo Programme
Instagram: unicefkosovoprogramme
X: UNICEFKosovo
TikTok: unicefkosovo

për çdo fëmijë, çdo të drejtë