

# FRANCOUZSKÁ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA MGEN A JEJÍ PROGRAM ZDRAVOTNÍ PREVENCE PRO UČITELE A ŽÁKY

---

*Marcela POUČOVÁ*

**Abstrakt:** *Ačkoliv většina moderních států zařazení prevence zdravotních rizik a uvědomělé výchovy ke zdraví do školních programů podporuje a řadí ji k výchovným prioritám, samotné představy o náplni těchto programů se mohou v jednotlivých státech lišit. Ačkoli Francie a Česká republika k sobě jako evropské státy nemají kulturně daleko, jejich priority v oblasti zdravotní prevence mladé generace vykazují jisté odlišnosti. Tyto odlišnosti jsou podmíněny historicky, geograficky i kulturně. Příspěvek se zabývá výukovými programy výchovy ke zdraví, které vypracovala a nabízí svým klientům zdravotní pojišťovna MGEN specializující se na zdravotní pojištění zaměstnanců spadajících pod ministerstva školství, vědy a výzkumu a mládeže a sportu.*

**Klíčová slova:** *výchova ke zdraví, prevence zdravotních rizik, francouzské školství*

## Zdravotní pojišťovna MGEN

Zdravotní pojišťovna MGEN (La Mutuelle Générale de l'Éducation Nationale) zajišťuje zdravotní pojištění třem milionům klientů, což z ní činí první zdravotní pojišťovnu ve Francii s téměř devíti tisíci zaměstnanci. Tento kolos nezajišťuje jen základní pojišťovací servis pro své klienty, ale provozuje rovněž třicet tři zdravotních a medicínsko-sociálních zařízení (nemocnice, psychiatrické léčebny, zdravotnická a rehabilitační centra, domovy důchodců<sup>1</sup>) a cíleně se zabývá výzkumem, prevencí a výchovou ke zdraví.<sup>2</sup>

Vznikla v roce 1947 sloučením všech do té doby působících zdravotních pojišťoven pro učitele a její zvláštností je, že výše poplatků je odvislá od výše pojištěncova platu. Tento systém, který přerozděluje finanční prostředky je tedy založen na solidaritě všech pojištěnců. Pojišťovna úzce spolupracuje se společností ADOSEN (Action et Do-

1 Mutuelle générale de l'éducation nationale. [cit. 2010-08-12]. Dostupné z WWW : <[http://fr.wikipedia.org/wiki/Mutuelle\\_g%C3%A9n%C3%A9rale\\_de\\_l%27%C3%A9ducation\\_nationale](http://fr.wikipedia.org/wiki/Mutuelle_g%C3%A9n%C3%A9rale_de_l%27%C3%A9ducation_nationale)>

2 MGEN, première mutuelle santé française. [cit. 2010-08-12]. Dostupné z WWW : <<http://www.mgen.fr/index.php?id=31>>

cumentation Santé pour l'Éducation Nationale), kterou sama vytvořila a která je jakýmsi dokumentačním a propagačním střediskem pojišťovny.<sup>3</sup>

Pojišťovna jde s dobou a veškeré metodické materiály, či informace o prevenci a výchově ke zdraví umístila na své internetové stránky. Vše je tedy jednoduše přístupné jak jednotlivcům, tak školám a učitelé tak mohou metodické materiály zaměřené na výchovu ke zdraví a na prevenci zdravotních rizik ihned použít ve výuce. Navíc, kromě obvyklých informací, které zde hledá pojištěnec, stránky obsahují tedy řadu aplikací, které mají klientům napomoci orientovat se ve svém vlastním zdravotním stavu a předcházet zdravotním rizikům. Bylo zajímavé porovnat tyto služby se službami české VZP, která se jakožto největší česká zdravotní pojišťovna (6,2 miliony klientů sic!), rovněž cíleně věnuje prevenci zdravotních rizik jak u dospělých, tak u dětí.<sup>4</sup> Na internetových stránkách VZP (narozdíl od jiných zdravotních pojišťoven etablovaných v České republice) lze rovněž nalézt řadu informačních materiálů a testů týkajících se prevence zdraví dospělých i dětí.

Specialitou pojišťovny MGEN je však její zaměření na edukativní školní programy výchovy ke zdraví, které s pomocí ADOSENU připravuje pro své klienty – učitele.

Na internetových stránkách pojišťovny v sekci *Výchova* mohou klienti najít informaci hned o několika metodických materiálech využitelných pro výuku v mateřských, základních a středních školách.<sup>5</sup> Ve stejné sekci si uživatel může rovněž prohlédnout videa věnující se různé problematice (např. násilí v mateřských školách) nebo si udělat test, zda ve škole, kde působí, panuje zdravé a tvořivé prostředí. Další materiály jsou dostupné na stránkách společnosti ADOSEN. Zde je možné objednat veškerou produkci od CD-ROMů, přes různé edukativní hry, po letáky seznamující školní mládež se základní zdravotní problematikou (např. ústní hygiena, kouření, alergie, atd.). Na stránkách se rovněž nacházejí interaktivní znalostní testy s různou tematikou (kouření, výživa, atd.).

## Neříkej mi, co mám dělat

Pozornost nyní zaměříme na dva z nabízených titulů CD-ROM *Výchova ke zdraví* z roku 2003 a CDDVD *Výživa* z roku 2005.

CD-ROM *Výchova ke zdraví* je primárně určen pedagogickým pracovníkům, budoucím učitelům, studentům a rodičům. Více než šest hodin konzultací přináší informace o nejrůznějších tématech. Rozhovory se zdravotníky, odborníky různých oborů prevence, pedagogickými pracovníky, studenty, interaktivní texty a testy, vše je možno vytisknout a použít pro vlastní didaktický projekt. Tři základní okruhy (*Zdraví pro každý den*, *Rizika dospívání* a *Výchova ke zdraví prakticky*) jsou rozděleny do dalších

3 Mutuelle générale de l'éducation nationale. [cit. 2010-08-12]. Dostupné z WWW:

<[http://fr.wikipedia.org/wiki/Mutuelle\\_g%C3%A9n%C3%A9rale\\_de\\_l%27%C3%A9ducation\\_nationale](http://fr.wikipedia.org/wiki/Mutuelle_g%C3%A9n%C3%A9rale_de_l%27%C3%A9ducation_nationale)>

4 Všeobecná zdravotní pojišťovna České republiky [cit. 2010-08-12]. Dostupné z WWW: <<http://www.vzp.cz/cms/internet/cz/Vseobecne/O-nas/>>

5 Nabídka CD-ROMů a DVD je následující:

1) Výživa (CDDVD v hodnotě 15 E)

2) Žít se sluncem (výukový program volně ke stažení)

3) Výchova - zdraví (CD-ROM je zdarma zaslán klientům pojišťovny)

4) Roztrhané sešity: škola tváří v tvář ohroženým dětem (CD-ROM v hodnotě 20E)

5) Prevence školního násilí (CD-ROM v hodnotě 15E)

pod okruhů, které se snaží mapovat základní momenty dané problematiky. Teoretická východiska se zde mísí s konkrétními případy, uživatel je seznámen se základními principy prevence rizikového chování školní mládeže a dostane se mu zároveň konkrétních materiálů, které může použít pro vlastní práci.

Základním charakterovým rysem je tolerantní přístup ke všem tématům a snaha o nedirektivní výukové metody. Metoda *musíš, nesmíš* je nahrazena ilustrativními případy a snahou veškerou problematiku konzultovat z více úhlů pohledu. Je vidět, že Francie má za sebou dlouhou multikulturní zkušenost, která zpochybňuje model jedné obecně platné pravdy, a pokouší se vychovávat opravdu spíše příkladem než hlásáním jediných správných předpokladů a východisek. Tento postup je v kontrastu s modelem, který stále ještě prezentují některé české materiály uveřejněné právě například na stránkách VZP. Francouzští odborníci, kteří se bezpochyby setkávají rovněž se drastickými případy ohrožení zdraví a dokonce i smrti, se snaží vysvětlit, jakými prostředky vytvořit ve škole zdravé prostředí a jaké preventivní principy studentům a žákům vštípit, aby bylo ovlivněno i jejich chování v jejich soukromém a rodinném životě. Některé české materiály ale připomínají spíše černou kroniku a jejich konzultace nutně musí většinu rodičů vyděsit. Děti pak tímto způsobem prevence musí být traumatizovány ještě více. Představme si například, jak stresující musí být pro dítě moment vidět své rodiče kouřit po nedělním obědě poté, co mu ve škole byla v dobré víře naservírována fotografie rakoviny plic.<sup>6</sup>

## Jsme opravdu to, co jíme

CD-ROM *Výchova ke zdraví* se snaží takovýmto traumatům předcházet. Základní principy jsou zde shrnuty do jednoduchého desatera<sup>7</sup> a následně bohatě rozvinuty konkrétními případy z praxe jednotlivých specialistů a jsou podpořeny svědectvím dětí.

Ukázkovým uplatněním těchto principů je CDDVD *Výživa*. Skládá se ze dvou částí. První částí je DVD, které je určeno především rodičům a dětem a obsahuje 180 minut záznamu. Obsah je rozdělen do 28 témat tří základních celků (*Stravovací návyky, Potraviny a Jídla dne*). V krátkých sekvencích seznamuje doktorka Laurence Plumey, známá nutričistka, své publikum se zásadami zdravé a vyvážené stravy a se základními stravovacími návyky. Základním principem je opět nedirektivnost. Pokusíme se nyní ukázat použití výše zmíněných principů v celkové koncepci preventivního programu.

Lékařka si je dobře vědoma, že „**být informován neznamená nutně chtít něco změnit a že být něčemu příznivě nakloněn neznamená dělat to**“. Zvláště pak pokud se jedná o tak delikátní téma, jakým je výchova dětí a stravovací návyky v jednotlivých rodinách, kde se každý odborník ocitá na tenkém ledě. Direktivní přístup k tématům, na které je většina z nás citlivá, protože se bezprostředně dotýkají našeho nejintimnějšího soukromí, může zkazit i sebelepší snahu. Doktorka Plumeyová tedy nevyhazuje demonstrativně z ledničky veškeré potraviny krom těch opravdu zdravých, které ovšem většinová populace euro-americké civilizace považuje za nepoživatelná, protože dobře ví, „**že každé rizikové chování je něčím podmíněno**“. Snaží se tedy naopak velmi

<sup>6</sup> *Éducation-Santé* (CD-Rom), Adosen Paris, 2003.

<sup>7</sup> Jednotlivá pravidla jsou v následujícím textu vyznačeny tučně a celý překlad je uveden na konci článku.

jednoduše a názorně vysvětlit, že zdravě a vyváženě může jíst každý, i ten, kdo nakupuje v supermarketech a z nedostatku času ohřívá jídlo z mrazničky v mikrovlnné troubě, **„protože je lépe se vyvarovat prohlášení, která by přímo napadala nějaké obecné zvyklosti či preference“.**

Zároveň, protože ví, **„že dramatinování a diabolizace problému nedovolí ztotožnit se s vyslaným poselstvím“**, přidává jednoduché rady, jak v dnešním uspěchaném životě neudělat z vlastních dětí neurotiky, kteří vytrvale odmítají pozřít cokoli jiného než párky a hranolky s kečupem. Odmyslíme-li si nesporný rozdíl ve kvalitě potravin, které se nacházejí na pultech českých a francouzských obchodů, jako rodiče se můžeme uklidnit. S minimem snahy se nám podaří vychovat z vlastních dětí zdravotně validní jedince, kteří přitom nebudou do konce života trpět nejrůznějšími nutričními frustracemi a fobiemi.

Stejným způsobem seznamuje doktorka Plumeyová publikum s klady a zápory jednotlivých typů potravin, s výhodami, které jejich konzumace představuje pro zdravý růst jedince a s množstvím, které je doporučeno konzumovat. V posledním oddíle věnovaném třem základním jídlům dne, jsou diváci seznámeni s několika základními principy, jak udělat z každého jídla malý svátek, který nejen dokáže doplnit nutriční hodnoty v organismu, ale především vytvořit ze společného jídla i místo rodinného soužití. Autoři DVD jsou si vědomi, **„že ve vztahu ke společenskému prostředí a generačním rozdílům sice není možné zakazovat či přikazovat jeden druh chování“**, ale právě proto sází na fakt, že tradiční model francouzského stolování, kdy je společné jídlo hlavní společenskou událostí dne, je stále natolik silný, že jeho nedodržování ve vlastním životě musí být nutně traumatizující.

Pro učitele je pak nachystáno edukativní CD, které obsahuje stejné video sekvence, jako DVD určené dětem a rodičům. Navíc ještě obsahuje řadu metodických listů, které jsou zpracovány ke každému probíranému tématu a mohou být použity jednotlivě nebo ve větších celcích. Všechny materiály lze vytisknout a ihned použít. Učitelé by měli vědět, že **„proces výchovy ke zdraví nespočívá ve vyžadování nového chování či zvyků, ale měl by dovolit, jak jen to bude možné, činit uvědomělá rozhodnutí“**. V případě CDVD *Výživa*, pokud se učitelé rozhodnou své žáky přesvědčit o vhodnosti určitých stravovacích návyků, mají k tomu účinné prostředky.

Možná, že většině českých odborníků připadá, že informace tohoto typu jsou nošením dříví do lesa. Stačí se ale jen podívat po přilehlých restauracích a podle držení těla a příborů na první pohled zjistíte, kteří z hostů jedí celý život doma před televizí zaboreni v sedačce s talířem na konferenčním stolku. Zvláštním případem jsou pak jedinci (muži i ženy), které potkáte v restauraci, jak si u konzumace denního menu, někdy i s partnerem, čtou noviny a to často i ve stravovacích zařízeních orientovaných na zdravou výživu. I způsob stolování by měl stát nedílnou součástí zdravého životního stylu.

Také se často hovoří o faktu, že Češi vedou v celosvětovém žebříčku konzumace kvalitního piva. Bylo by však zajímavé zjistit, jak jsou na tom s konzumací nekvalitního čaje. Fakt, jakým způsobem je v české společnosti zakotveno pít silně zředěného a více než méně oslazeného černého čaje, je až zarážející. Narazíte na něj už v porodnici a přes školní a závodní jídelny se s ním propracujete až do hospicu. Není jasné, co by si o této „specifitě“ mysleli hygienici, zdravotníci a nutricionisté jiných evropských států. Zdá

se tedy, že minimálně v oblasti bourání stereotypů o kultuře stolování má česká škola – potažmo veřejnost co dohánět. Otázkou je, zda to vůbec tuší.

## **Jistě pane ministře?**

Z kauzy o kontroverzním obsahu chystané příručky sexuální výchovy pro ZŠ, která rozvířila vody okurkové sezóny letních prázdnin 2010 v České republice, jednoznačně vyplynulo, že obsah školního učiva v oblasti společenských a sociálních věd je problematický ve všech společnostech, ať se ony samy definují jakkoli. V moderních dějinách to byla vždy Evropa, která určovala směr, kterým se ubíral společenský rozvoj a její určité „volnomyšlenkářství“ ve vztahu k „tradičním“ hodnotám nad nimi nakonec vždy zvítězilo. Dnešní evropská postmoderní demokracie se vyznačuje značnou liberálností k různým myšlenkovým proudům, protože je zřejmě přesvědčena, že její modernizující pojetí nakonec opět zvítězí. Zdá se ale, že ve společnostech, které ještě zcela nerezignovaly na tradiční model rodiny (což česká společnost nesporně je), snaha zachovat si vládu nad určitým druhem informací z oblasti výchovy k tělesnému a duševnímu zdraví ze strany rodičů přetrvává, ať je jejich výchovný model jakýkoli. A je tomu tak i přes nesporný vývoj „vědeckých“ poznatků. Vést dialog, jeden ze základních principů výchovy ke zdraví, bude tedy i nadále a více než kdy jindy nutné. A doprovodné studie z historie naší všednodennosti, které by průkazně prokázaly jaký byl vliv školy na změny životního stylu populací jednotlivých států v uplynulých desetiletích, by nám - Evropanům mohly mnohé objasnit o našich základních kulturních a společenských návycích a tím o nás samotných.

## **Deset základních principů výchovy ke zdraví uvedených v CD-ROMu *Výchova ke zdraví***

1. Jedním z cílů je schopnost naučit se činit správná rozhodnutí. – Nebuďme kategoričtí a vyhýbejme se rychlým úsudkům.  
Proces výchovy ke zdraví nespočívá ve vyžadování nového chování či zvyků, ale měl by dovolit, jak jen to bude možné, činit uvědomělá rozhodnutí.
2. Nestačí vědět, abychom byli motivováni ke změně svého chování.  
Být informován neznámá nutně chtít něco změnit.  
Informace je po většinu času nezbytná, ale vždy nedostatečná. Nemusí být východiskem, nemusí nutně předcházet, ale spíše doprovázet nebo uzavírat proces poznání.
3. Být něčemu příznivě nakloněn neznámá to dělat. Nestačí něco chtít, aby se to stalo.  
Je možné spolupracovat na vyjmenování obtíží, které zabraňují určitému preventivnímu chování a v daných možnostech se pokusit je překonat.
4. Žádné chování není nesmyslné. Vždy existují „dobré“ důvody, které chování škodící zdraví podněcují.  
Každé rizikové chování má svůj důvod.  
Pomoci svému bližnímu objasnit důvody a okolnosti rizikového chování a mluvit s ním o nich, dovoluje si je uvědomit a zahájit tak možná proces změny.

5. Nízké sebevědomí je původem závislosti. Všechny prevence závislosti by měly upřednostňovat posílení sebevědomí a měly by zabránit implicitní či explicitní devalorizaci sebe samého.
6. Nové způsoby chování si osvojujeme tím lépe, čím více vidíme, že jsou podporovány společností, ve které žijeme.  
Ve vztahu ke společenskému prostředí a generačním rozdílům není možné zakazovat či přikazovat jeden druh chování.  
Než se rozhodneme vydat nějaká preventivní doporučení, je nezbytné poznat sociální zvyky a modely chování určité skupiny.
7. Je lépe se vyvarovat prohlášení, která by přímo napadala nějaké obecné zvyklosti či preference.  
Touha po svobodě a respektování jedince by měly být upřednostněny.  
Je lépe svým bližním pomoci začít si klást otázky o jejich místě ve společnosti a o jejich osobní svobodě ve vztahu ke tlaku a podnětům, které vytváří společnost.
8. Prevence nemůže být založena na strachu. Přehnané dramatizování a demonizace problému nedovolí ztotožnit se s vysílaným poselstvím.  
Naopak toto chování podporuje odmítnutí.  
Prevence není moralizování.
9. Výchova ke zdraví znamená informovat, radit, vést dialog.  
Nebojme se mluvit o pozitivních a kladných a vábivých aspektech, které mohou přinášet různé zdraví škodlivé návyky.
10. Vést dialog.  
Debata a naslouchání musí být upřednostněny před přednášením fakt.  
Je doporučeno upřednostnit dialog a uspokojit očekávání svých posluchačů.

## Literatura

*Nutrition* (CDVD), MGEN Paris, 2005.

*Éducation-Santé* (CD-Rom), Adosen Paris, 2003.

Mutuelle générale de l'éducation nationale. [cit. 2010-08-12]. Dostupné z WWW: <[http://fr.wikipedia.org/wiki/Mutuelle\\_g%C3%A9n%C3%A9rale\\_de\\_l%27%C3%A9ducation\\_nationale](http://fr.wikipedia.org/wiki/Mutuelle_g%C3%A9n%C3%A9rale_de_l%27%C3%A9ducation_nationale)>

MGEN, première mutuelle santé française. [cit. 2010-08-12]. Dostupné z WWW: <<http://www.mgen.fr/index.php?id=31>>

Všeobecná zdravotní pojišťovna České republiky. [cit. 2010-08-12]. Dostupné z WWW: <<http://www.vzp.cz/cms/internet/cz/Vseobecne/O-nas/>>

## **MGEN: THE FRENCH HEALTH INSURANCE COMPANY AND ITS PROGRAMME OF HEALTH PREVENTION FOR TEACHERS AND STUDENTS**

**Abstract:** Even if most modern countries support the inclusion of health risk prevention, and active health education into schools' curricula (considering them to be

educational priorities) the actual ideas of how to implement these may differ in each country. Despite the fact that both France and the Czech Republic, as European countries, are relatively similar in their cultural identities, their priorities when it comes to the health education of the younger generation, reveal the differences. These differences are conditioned by history, geography and culture. The article deals with the health education programmes created and offered by MGEN, the health insurance company specialising in health insurance for the Civil Service employees of the departments of Education, Science and Research, and Youth and Sport.

**Keywords:** health education, prevention of health risks, french educational system