

Οι γονείς αποτελούν «το κλειδί» για την αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας

Η εκπαίδευση των γονιών σε θέματα υγιεινής διατροφής, μπορεί να αποδειχθεί πιο αποτελεσματική στην μάχη κατά της παιδικής παχυσαρκίας, ακόμη και από διάφορα προγράμματα σωματικής άσκησης. Μελέτη που έκαναν ερευνητές από τα Πανεπιστήμια του Νιουκασλ και του Γούλνγκονγκ, υποστηρίζει ότι το κλειδί κατά της παιδικής παχυσαρκίας είναι οι ίδιοι οι γονείς. Η μελέτη διενεργήθηκε με χορηγία του Εθνικού Συμβουλίου Υγείας και Ιατρικών Ερευνών.

«Τα αποτελέσματα αποκαλύπτουν ότι η εκπαίδευση των γονιών σε θέματα που αφορούν στην υγιεινή διατροφή, μπορεί να κάνει μεγάλη διαφορά στην παγκόσμια αυτή επιδημία», δήλωσε χαρακτηριστικά ο Καθηγητής Tony Okely από το Πανεπιστήμιο του Γούλνγκονγκ. Οι ανησυχητικές διαστάσεις που λαμβάνει η παιδική παχυσαρκία συνδέονται άμεσα με την έλλειψη άσκησης αλλά και την κακή διατροφή. Οι ειδικοί επισημαίνουν ότι η παχυσαρκία δεν αποτελεί μείζονα παράγοντα κινδύνου στην παιδική ηλικία αλλά και στην ενήλικη ζωή. Έχει διαπιστω-



θεί ότι συμβάλλει στην ανάπτυξη ασθενειών, όπως οι καρδιοπάθειες και ο διαβήτης τύπου 2 και μειώνει το προσδοκώμενο όριο ζωής μέχρι και 13 χρόνια. Ανάμεσα στους κοινωνικούς παράγοντες που συμβάλλουν στην παιδική παχυσαρκία είναι ότι πολλά παιδιά δεν τρώνε με τους γονείς τους λόγω των ωραρίων εργασίας των τελευταίων, με αποτέλεσμα να μην ελέγχεται όπως θα έπρεπε η διατροφή τους,

ενώ σε πολλά νοικοκυριά το σπιτικό φαγητό αποτελεί πολυτέλεια.

Η μελέτη διήρκεσε δύο χρόνια και για την διεκπεραίωσή της χρησιμοποιήθηκαν 165 παχύσαρκα παιδιά - μαθητές και μαθήτριες του δημοτικού - καθώς και οι γονείς τους, που μοιράστηκαν σε τρεις ομάδες.

Στην πρώτη ομάδα, οι γονείς υποβλήθηκαν σε ένα πρόγραμμα υγιεινής διατροφής, κάτω από το οποίο κλήθηκαν να αλλάξουν πλήρως τις διατροφικές συνήθειες της οικογένειάς τους.

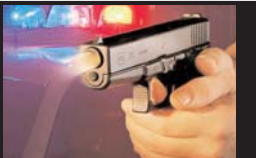
Στην δεύτερη ομάδα, τα παιδιά υποβλήθηκαν σε ειδικό πρόγραμμα σωματικών ασκήσεων και στην τρίτη ομάδα, χρησιμοποιήθηκαν και οι δύο μέθοδοι.

Τα αποτελέσματα εξέπληξαν τους ερευνητές.

«Πιστεύαμε ότι η τρίτη ομάδα, που συνδυάζει προγράμματα για τους γονείς και τα παιδιά, θα έφερνε τα καλύτερα αποτελέσματα. Αντίθετα, τα καλύτερα αποτελέσματα επιτεύχθηκαν από την ομάδα εκείνη στην οποία εκπαιδεύτηκαν μόνο οι γονείς σε θέματα υγιεινής διατροφής», δήλωσε η καθηγήτρια Clare Collins από το Πανεπιστήμιο του Νιουκασλ.



ΑΣΤΥΝΟΜΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ



Ληστεία στο Picnic Point

Ένας άνδρας που μπήκε σε γωνιακό μαγαζί να αγοράσει τσιγάρα, παρουσίασε ένα ηλεκτρονικό όπλο αναισθητοποίησης όταν η υπάλληλος του έδωσε τα τρία πακέτα που ζήτησε. Την απείλησε με το όπλο και ζήτησε όλα τα μετρητά του ταμείου. Συγχρόνως, ενεργοποίησε το όπλο και πλησίασε το ράφι με τα τσιγάρα, κλέβοντας 30 πακέτα. Απομακρύνθηκε γρήγορα από το μαγαζί και μπήκε σε ένα αυτοκίνητο που τον περίμενε. Το αυτοκίνητο είναι ένα παλιό, κόκκινο, τετράπορτο αυτοκίνητο με κίτρινες πινακίδες, το οποίο οδηγούσε ένας δεύτερος άνδρας.

Ο ληστής είναι λευκός, μεσήλικας, παχύς, με ύψος 1,70, γαλανά μάτια και κοντά ξυρισμένα ξανθά μαλλιά. Φορούσε μπες μπλουζάκι και μπες παντελόνι.

Όποιος έχει πληροφορίες για τον ληστή καλείται να επικοινωνήσει με το αστυνομικό τμήμα του Bankstown ή τους Crime Stoppers.

Μαχαιρώθηκε άνδρας στο Granville

Συνεχίζεται η έρευνα σχετικά με το μαχαιρώμα ενός άνδρα την Τρίτη τα μεσάνυχτα.

Όταν η αστυνομία κλήθηκε επιγόντως σε πολυκατοικία στο Granville κατόπιν φασαρίας, βρήκε έναν 37χρονο άνδρα που είχε μαχαιρωθεί στο στήθος, στο μπράτσο και στο πόδι. Το θύμα μεταφέρθηκε στο νοσοκομείο του Westmead όπου νοσηλεύεται. Τα τραύματά του δεν θεωρούνται βαριά.

Η αστυνομία κατάσχεσε κάποια αντικείμενα από το διαμέρισμα του θύματος για εγκληματολογική εξέταση.

Όποιος έχει πληροφορίες σχετικά με το περιστατικό καλείται να επικοινωνήσει με το αστυνομικό τμήμα του Merrylands ή τους Crime Stoppers.

Συνελήφθη ιταλικιέρης που απαγορευόταν να οδηγήσει μέχρι το 2022

Ένας 28χρονος ιταλικιέρης που είχε χάσει το δίπλωμα μέχρι το 2022, συνελήφθη από την αστυνομία όταν τον σταμάτησε για παραβίαση του όριου ταχύτητας και διαπιστώθηκε ότι ο οδηγός απαγορευόταν να οδηγήσει μέχρι το 2022. Ο οδηγός, που μετέφερε κάρβουνο στην ιταλία, είχε παραβιάσει το όριο ταχύτητας στην περιοχή Albion Park όταν τον αντήληφθη η αστυνομία. Ο 28χρονος οδηγήθηκε στο αστυνομικό τμήμα του Wollongong όπου του αποδόθηκαν οι σχετικές κατηγορίες.

Αγνοείται 20χρονος

Οι γονείς ενός 20χρονου, που έφυγε από το σπίτι του στο Ashtonfield κοντά στο Maitland, για να πάει βόλτα με το τετράτροχο μηχανάκι του, ειδοποίησαν την αστυνομία στις 22:00 όταν ο νεαρός δεν επέστρεψε στο σπίτι του την Τρίτη. Η αστυνομία ερευνήσε την περιοχή μέχρι τις 02:00 χωρίς να καταφέρει να εντοπίσει τον νεαρό. Ο νεαρός είναι έμπειρος οδηγός της τετράτροχης μηχανής, της λεγόμενης «γουρούνας», και πολύ καλός γνώστης της περιοχής. Η μηχανή έχει χρώμα κόκκινο και μαύρο, ενώ ο νεαρός φορούσε ένα μαύρο μπλουζάκι, μπλε και μαύρο παντελόνι και ένα κόκκινο και μαύρο κράνος.

Η αστυνομία συνέχισε να ερευνά την περιοχή πάλι το πρωί της Τετάρτης βοηθούμενη από τους άνδρες της άμεσης δράσης.

Η αστυνομία κάνει έκκληση στο κοινό να καλέσει αμέσως το 000 αν εντοπίσει τον νεαρό.

Κατηγορείται 30χρονος για πρόκληση θανάτου

Ένας 25χρονος που πέθανε χθες στο νοσοκομείο του Merriwa στην πε-

ριοχή Hunter Valley, είχε βρεθεί πριν από μία εβδομάδα στο σπίτι του με σοβαρά τραύματα στο κεφάλι. Τα τραύματα τα προκάλεσαν πολλαπλά χτυπήματα με σιδερένιο ρόπαλο. Το μεσημέρι της Τρίτης ένας 30χρονος οδηγήθηκε στο αστυνομικό τμήμα του Dubbo για ανάκριση και στη συνέχεια κατηγορήθηκε ότι προκάλεσε τον θάνατο του 25χρονου.

Θα ακολουθήσει νεκροψία για να διαπιστωθούν τα αίτια θανάτου του 25χρονου.

Συνελήφθη άνδρας για παιδική πορνογραφία

Ένας άνδρας από το Penrith συνελήφθη την Τρίτη σχετικά με την κατοχή και προώθηση υλικού παιδικής πορνογραφίας. Η σύλληψη του άνδρα έγινε κατόπιν πληροφοριών από άλλη πολιτεία ότι ο άνδρας προετοίμαζε μια 14χρονη κοπέλα από το Penrith για συμμετοχή στην παιδική πορνογραφία. Η αστυνομία πήγε σε σπίτι στο King St Penrith στην προοπιά της να εντοπίσει το 14χρονο κορίτσι. Αφού μίλησαν με τον άνδρα που διαμένει εκεί, ερεύνησαν τον ηλεκτρονικό υπολογιστή όπου διαπίστωσαν ότι περιείχε υλικό παιδικής πορνογραφίας και κατάσχεσαν τον υπολογιστή.

Κατά την έρευνα, η αστυνομία διαπίστωσε ότι το 14χρονο κορίτσι είναι ένα διαδυκτιακό άλλοθι και δεν πρόκειται για πραγματικό πρόσωπο.

Ο 51χρονος οδηγήθηκε στο αστυνομικό τμήμα του Penrith για περαιτέρω ανάκριση. Κατηγορείται για κατοχή και προώθηση υλικού παιδικής πορνογραφίας.

Κατηγορείται πέμπτο άτομο για απάτη κατά τραπεζών

Πέντε είναι τα άτομα που κατηγορούνται ότι προσπάθησαν να διαπράξουν απάτη ύψους \$100 εκατ. σε βά-

ρος μεγάλων τραπεζών. Ένας 42χρονος άνδρας από το Strathfield παρουσιάστηκε την Τρίτη στο αστυνομικό τμήμα του Liverpool σχετικά με την υπόθεση.

Κατηγορείται για «ξέπλυμα» χρημάτων, συμμετοχή σε εγκληματική ομάδα, χρήση ψευδών δηλώσεων για παροχή χρηματικών ποσών και απάτη εις βάρος τραπεζών.

Η σύλληψη του άνδρα είναι η τελευταία σε μια σειρά συλλήψεων - πέντε συνολικά μέχρι στιγμής - σχετικά με την οργανωμένη ενέργεια να διαπραχθεί μια απάτη χωρίς προηγούμενο.

Εμπλέκονται στην υπόθεση δύο υπάλληλοι τραπεζών που χρησιμοποιήσαν τις γνώσεις τους. Ο ένας φέρεται να έκλεψε \$1 εκατ από λογαριασμό της Westpac.

Η ομάδα άνοιγε λογαριασμούς στα ονόματα τουριστών που είχαν επισκεφθεί την Αυστραλία. Οι λογαριασμοί αυτοί χρησιμοποιήθηκαν για το ξέπλυμα χρημάτων και για να τοποθετούνται χρήματα που έκλεβε η ομάδα από άλλους λογαριασμούς της τράπεζας.

Η αστυνομία και οι ερευνητές των τραπεζών συνεργάζονται στην έρευνα με σκοπό να ανακαλύψουν με ποιους τρόπους ακριβώς γίνονταν οι απάτες.

Έφηβοι κατηγορούνται για διάρρηξη και ληστεία

Τέσσερις έφηβοι κατηγορούνται για διάρρηξεις και ληστείες που διαπράχθηκαν την περασμένη εβδομάδα στο νότιο τμήμα της ΝΝΟ. Οι δράστες φέρεται να διέρρηξαν κατοικίες και να λήστεψαν μοτοσυκλέτες, μετρητά, συσκευές GPS

(παγκόσμιο σύστημα εντοπισμού θέσης), ένα αλυσοπρίονο και ένα όπλο. Οι έφηβοι είναι ηλικίας 14 και 15 ετών.