

Σχολεία για όλους  
Συμπερίληψη  
παιδιών  
προσφύγων

*Αθηνά Πρωτόπαππα  
Σχολική Νοσηλεύτρια*

Το έργο Σχολεία για όλους – Συμπερίληψη Παιδιών Προσφύγων στα Ελληνικά Σχολεία είναι ένα καινοτόμο, εθνικό τριετές πρόγραμμα με στόχο την ενίσχυση του σχολικού δημοκρατικού πολιτισμού.

Προσφέρει επιστημονική επιμόρφωση και διαρκή υποστήριξη σε διευθυντές, διευθύντριες, εκπαιδευτικούς σχολείων και γονείς για θέματα που αφορούν τη δημοκρατική ιδιότητα του πολίτη, τη συμπερίληψη παιδιών προσφύγων και ευάλωτων ομάδων στο εκπαιδευτικό περιβάλλον και τα ανθρώπινα δικαιώματα.

Φορέας υλοποίησης του έργου είναι το Ευρωπαϊκό Κέντρο Wergeland (EWC).

Η δράση αυτή υλοποιήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος του Ευρωπαϊκού κέντρου Wergeland "Σχολεία για όλους - Συμπερίληψη παιδιών προσφύγων" στο οποίο συμμετείχε το σχολείο μας 106ο Δημοτικό Σχολείο Αθηνών τη σχολική χρονιά 2023-2024.

Στο πλαίσιο της συμμετοχής του στο πρόγραμμα, στο σχολείο δημιουργήθηκε ένα σχέδιο εργασίας από τη Σχολική Νοσηλεύτρια προσαρμοσμένο στις ιδιαίτερες εκπαιδευτικές και λειτουργικές του ανάγκες, για την υλοποίηση του οποίου υποστηρίχθηκε από τον επιμορφωτή και τους εκπαιδευτές του προγράμματος.

## Σχετικά με τη δράση

Σήμερα πλέον είναι κοινός τόπος πως η πολυπολιτισμικότητα της ελληνικής κοινωνίας αντανακλάται με έναν ιδιαίτερο τρόπο στο ελληνικό σχολείο.

Η επιμόρφωση μου στη συμπερίληψη παιδιών προσφύγων και ευάλωτων ομάδων στο εκπαιδευτικό περιβάλλον αποτέλεσε σημαντικό βοήθημα για την εξαγωγή καλών πρακτικών όσον αφορά στο ζήτημα των μεταναστών και των προσφύγων.

Με τη συμμετοχή μου στο πρόγραμμα συμπερίληψης και την ιδιότητα της Σχολικής Νοσηλεύτριας θέλησα να σχεδιάσω ένα πλαίσιο δράσης εστιάζοντας στην προώθηση της υγιεινής διατροφής στο σχολείο δημιουργώντας μια περιβάλλουσα εμπειρία που θα ενισχύει την πολυπολιτισμική κατανόηση και την ανοχή στο σχολείο, ενώ ταυτόχρονα θα τιμά τις πατρίδες και τις κουλτούρες των μεταναστών μαθητών.

Η ιδέα για το πρόγραμμα βασίστηκε στο παραδοσιακό φαγητό, καθώς συνδέεται με συναισθηματικές επιρροές από την παιδική ηλικία και αποτελεί σημαντικό στοιχείο ταυτότητας για όλους τους ανθρώπους και κατ' επέκταση έναν ισχυρό συμβολισμό για τους μετανάστες, συνδέοντας τους με την πατρίδα τους και την πολιτιστική τους κληρονομιά. Ειδικότερα στα παιδιά το φαγητό προσφέρει πολλές ευκαιρίες για συναισθηματική επίδραση και αποτελεί σημαντικό μέρος της συνολικής τους εμπειρίας ζωής. Η σύνδεση της αγωγής υγείας με το παραδοσιακό φαγητό και την υγιεινή διατροφή είναι ένας σημαντικός τρόπος προώθησης της υγιεινής ζωής και της διατροφικής ευαισθητοποίησης.

Είναι πολύ σημαντικό να εξερευνήσουμε και να γνωρίσουμε τα παραδοσιακά φαγητά των μεταναστών, καθώς αντικατοπτρίζουν τις πολιτιστικές παραδόσεις και τις ιστορίες των ανθρώπων που έχουν μεταναστεύσει, λειτουργώντας ως μέσο επικοινωνίας και κατανόησης για να αναπτυχθούν συναισθηματικοί δεσμοί μεταξύ των μαθητών, καθώς και να προσφέρει ένα αίσθημα ενσωμάτωσης στο νέο περιβάλλον.

Με αυτόν τον τρόπο, το πρόγραμμα συμπερίληψης στο σχολείο προωθεί και ενθαρρύνει την υγιεινή διατροφή και την πολιτισμική ποικιλομορφία, ενώ ταυτόχρονα ενισχύει τον συμβολισμό της πατρίδας και της πολιτιστικής ταυτότητας για τους μετανάστες, την αμοιβαία κατανόηση και τον σεβασμό στο σχολικό περιβάλλον.

Αθηνά Πρωτόπαππα  
Σχολική Νοσηλεύτρια

## ΒΗΜΑΤΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ-ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 10 ΧΩΡΩΝ.

- ΣΥΝΤΑΞΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ ΜΕΤΑΦΡΑΣΜΕΝΟ ΣΤΗ ΜΗΤΡΙΚΗ ΤΟΥΣ ΓΛΩΣΣΑ ΟΠΟΥ ΖΗΤΗΘΗΚΕ ΝΑ ΓΡΑΨΟΥΝ ΤΗ ΣΥΝΤΑΓΗ ΕΝΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΦΑΓΗΤΟΥ ΤΗΣ ΧΩΡΑΣ ΤΟΥΣ.
- ΣΥΛΛΟΓΗ ΤΟΥ ΥΛΙΚΟΥ- ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΤΗΣ ΔΡΑΣΗΣ.
- ΕΝΑΡΞΗ ΔΡΑΣΗΣ . ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΤΑΓΩΝ. ΠΡΟΒΟΛΗ ΡΡΤ ΚΑΙ ΒΙΝΤΕΟ ΜΕ ΕΙΚΟΝΕΣ ΑΠΟ ΦΑΓΗΤΑ ΤΩΝ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ ΚΑΙ ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ.
- ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΓΙΑ ΤΙΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ-ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΑ ΤΡΟΦΩΝ (ΠΧ ΕΛΛΑΔΑ ΨΩΜΙ-ΣΥΡΙΑ ΠΙΤΑ).
- ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΥΓΙΕΙΝΟΥ ΓΕΥΜΑΤΟΣ ΜΕ ΥΛΙΚΑ ΚΟΙΝΑ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΧΩΡΕΣ- ΑΝΤΑΛΛΑΓΗ ΕΜΠΕΙΡΙΩΝ.
- ΣΥΛΛΟΓΗ ΤΟΥ ΥΛΙΚΟΥ - ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΒΙΒΛΙΟΥ ΤΩΝ ΣΥΝΤΑΓΩΝ ΠΟΥ ΘΑ ΔΙΑΜΟΙΡΑΣΤΕΙ ΣΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ.
- ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΣΥΝΤΟΜΟΥ ΟΔΗΓΟΥ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΓΛΩΣΣΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΔΙΑΜΟΙΡΑΣΤΕΙ ΣΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΚΑΙ ΣΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ.

## ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ- ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΤΡΟΦΕΣ

Θα παρουσιάσω στην τάξη παραδοσιακά φαγητά από όλες τις χώρες. Για να οργανώσω αυτό το έργο χρειάζομαι μια συνταγή από ένα αγαπημένο και δημοφιλές παραδοσιακό φαγητό.

Θα ήθελα, λοιπόν, να στείλετε στο email τη συνταγή (συμπεριλαμβανομένων των συστατικών-εκτέλεση συνταγής), αλλά και μια φωτογραφία της από το διαδίκτυο.

Θα χαρώ αν συμμετάσχετε.

Ταχυδρομείο: [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

Σχολική Νοσηλεύτρια  
Αθήνα Πρωτόπαππα

## HEALTHY DIET- TRADITIONAL FOODS

I will present traditional foods from all countries to the class. To organize this project i need a recipe of a favourite and popular traditional food.

So, I would like you to send to email the recipe (including ingredients-recipe execution), and also a photo of it from the internet.

I will be glad if you participate.

Mail : [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

School Nurse Athina Protopappa

## DIET E SHENDETSHME- USHQIMET TRADIONALE

Unë do të prezantoj në klasë ushqime tradicionale nga të gjitha vendet. Për të organizuar këtë projekt më duhet një recetë e një ushqimi tradicional të preferuar dhe popullor.

Pra, unë do të doja që ju të dërgoni në email recetën (përfshirë përbërësit-ekzekutimi i recetës), si dhe një foto të saj nga interneti.

Do të jem i lumtur nëse merrni pjesë.

Posta: [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

Infermierja e shkollës Athina  
Protopappa

سأقدم الأطعمة التقليدية من جميع البلدان إلى الفصل. لتنظيم هذا المشروع أحتاج إلى وصفة من الأكلات التقليدية المفضلة والشعبية. لذا، أود منك أن ترسل الوصفة عبر البريد الإلكتروني (بما في ذلك تنفيذ الوصفة والمكونات)، وكذلك صورة لها من الإنترنت. سأكون سعيدا إذا شاركت.

ممرضة مدرسة  
أثينا بروتوبابا

nizam ghidhayiyun sihiyun - al'ateimat altaqlidia  
sa'uqadam al'ateimat altaqlidiat min jamie  
albuldan 'iilaa alfasli. litanzim hadha almashrue  
'ahtaj 'iilaa wasfat min al'akalat altaqlidiat  
.almufadalat walshaebiati  
lidha, 'awadu mink 'an tursil alwasfat eabr albarid  
al'iilikturunii (bima fi dhalik tanfidh alwasfat  
walmukawinati), wakadhalik surat laha min  
.al'iintirnt  
.sa'akun saeidan 'iidha sharakat  
min fadlik 'arsil li alwasfat hataa  
mumaridat madrasa  
athina brutubaba'

ჯანსაღი დიეტა - ტრადიციული  
საკვები

კლასს წარვადგენ ტრადიციულ კერძებს ყველა ქვეყნიდან. ამ პროექტის ორგანიზებისთვის მჭირდება საყვარელი და პოპულარული ტრადიციული საკვების რეცეპტი.

მაშ ასე, მინდა გამოგიგზავნოთ მეილზე რეცეპტი (მათ შორის ინგრედიენტები-რეცეპტის შესრულება), ასევე მისი ფოტო ინტერნეტიდან.

მოხარული ვიქნები თუ მიიღებთ მონაწილეობას.

ფოსტა: [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

გთხოვთ გამოგიგზავნოთ რეცეპტი 28 თებერვლამდე

სკოლის მედლა ათინა პროტოპაპა

jansaghi diet'a - t'raditsiuli sak'vebi

k'lass ts'arvadgen t'raditsiul k'erdzebs q'vela kveq'nidan. am p'roekt'is organizebistvis mch'irdeba saq'vareli da p'op'ularuli t'raditsiuli sak'vebis retsep't'i.

mash ase, minda gamogigzavnot meilze retsep't'i (mat shoris ingredient'ebi-retsep't'is shesruleba), aseve misi pot'o int'ernet'idan.

mokharuli viknebi tu miighebt monats'ileobas.

post'a:  
[mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

gtxhovt gamomigzavnot retsep't'isk'olis medda atina p'rot'op'ap'a

## DIETA SALUDABLE- ALIMENTOS TRADICIONALES

Presentaré a la clase comidas tradicionales de todos los países. Para organizar este proyecto necesito una receta de una comida tradicional favorita y popular. Entonces, me gustaría que enviaras por correo electrónico la receta (incluidos los ingredientes y la ejecución de la receta) y también una foto de Internet. Estaré encantado si participas.

Correo: [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

Athina Protopappa  
Enfermera escolar

## DIETA SANATOSA- ALIMENTE TRADITIONALE

Voi prezenta clasei mâncăruri tradiționale din toate țările. Pentru a organiza acest proiect am nevoie de o rețetă de mâncare tradițională preferată și populară. Așadar, aș dori să trimiteți pe e-mail rețeta (inclusiv ingrediente-execuția rețetei), precum și o fotografie a acesteia de pe internet. Mă bucur dacă vei participa.

E-mail: [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

Asistenta scolara Athina  
Protopappa



## 健康饮食-传统食品

我将向全班同学展示来自各个国家的传统食品。为了组织这个项目，我需要一份最喜欢和流行的传统食物的食谱。

因此，我希望您通过电子邮件发送食谱（包括配料-食谱执行）以及来自互联网的照片。

如果您参加，我会很高兴

学校护士

雅典娜·普罗托帕帕

邮箱：mail@106dim-athin.att.sch.gr

## Jiànkāng yǐnshí-chuántǒng shípǐn

wǒ jiāng xiàng quán bān tóngxué zhǎnshì láizì gègè guójiā de chuántǒng shípǐn.  
Wèile zǔzhī zhège xiàngmù, wǒ xūyào yī fèn zuì xǐhuān hé liúxíng de chuántǒng shíwù de shípǔ.

Yīncǐ, wǒ xīwàng nín tōngguò diànzǐ yóujiàn fāsòng shípǔ (bāokuò pèiliào-shípǔ zhíxíng) yǐjí láizì hùliánwǎng de zhàopiàn.

Rúguǒ nín cānjiā, wǒ huì hěn gāoxìng.

yǎdiǎn nà·pǔluō tuō pà pà  
xuéxiào hùshì

yóuxiāng:Mail@106dim-athin.Att.Sch.Gr

## DIET SEHAT- Kadaharan TRADIONAL

Kuring bakal nampilkeun kadaharan tradisional ti sadaya nagara ka kelas. Pikeun ngatur proyék ieu abdi peryogi resep kadaharan tradisional favorit tur populér.

Janten, abdi hoyong anjeun ngirim email resep (kaasup bahan-resep eksekusi), sareng ogé foto tina internét.

Abdi bakal bungah mun anjeun ilubiung.

Surat:  
[mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

Athina Protopappa  
Mantri Sakola

## HEALTHY DIET- MGA TRADIONAL NA PAGKAIN

Ipapakita ko sa klase ang mga tradisyonal na pagkain mula sa lahat ng bansa. Upang ayusin ang proyektong ito kailangan ko ng isang recipe ng isang paborito at sikat na tradisyonal na pagkain.

Kaya, gusto kong ipadala mo sa email ang recipe (kabilang ang ingredients-recipe execution), at isang larawan din nito mula sa internet.

Ako ay magiging masaya kung kayo ay sumali.

Mail : [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

Athina Protopappa  
Nars ng paaralan

## **ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ - ТРАДИЦІЙНІ ХАРЧУВАННЯ**

Я покажу класу традиційні страви з усіх країн.  
Для організації цього проекту мені потрібен  
рецепт улюбленої та популярної традиційної  
страви.

Тому я прошу, щоб ви надіслали на електронну  
пошту рецепт (включно з інгредієнтами-  
рецептом), а також його фото з Інтернету.  
Буду рада, якщо ви візьмете участь.

Афіна Протопаппа  
Шкільна медсестра

Пошта: [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

## **ZDOROVE KHARCHUVANNYA - TRADYTSIYNI KHARCHUVANNYA**

YA pokazhu klasu tradytsiyni stravy z usikh  
krayin. Dlya orhanizatsiyi ts'oho proektu  
meni potriben retsept ulyublenoyi ta  
populyarnoyi tradytsiynoyi stravy.  
Tomu ya proshu, shchob vy nadislaly na  
elektronnu poshtu retsept (vklyuchno z  
inhrediyentamy-retseptom), a takozh yoho  
foto z Internetu.

Budu rada, yakshcho vy viz'mete uchast'.

Afina Protopappa  
Shkil'na medsestra

Poshta: [mail@106dim-athin.att.sch.gr](mailto:mail@106dim-athin.att.sch.gr)

*Στη δράση συμμετείχαν 10 χώρες. Ελλάδα, Ουκρανία, Βενεζουέλα, Αλβανία, Γεωργία, Φιλιππίνες, Κίνα, Συρία, Νιγηρία, Ρουμανία.*

*Η πρόσκληση συμμετοχής μεταφράστηκε στη μητρική γλώσσα τους και μοιράστηκε στους μαθητές.*

*Τα παιδιά και οι γονείς τους ανταπέδωσαν τιμητικά, δίνοντας συνταγές παραδοσιακών φαγητών μεταφρασμένο στη γλώσσα της χώρας που πλέον διαμένουν (Ελλάδα).*

*Με το υλικό που συγκέντρωσα, δημιούργησα ένα βιβλίο συνταγών σε μορφή e book.*

*Με στόχο τη διασύνδεση του προγράμματος συμπερίληψης με την αγωγή υγείας προχώρησα στη δημιουργία 10 σύντομων οδηγιών διατροφής προς τα παιδιά και τους γονείς τους μεταφρασμένο στις γλώσσες των χωρών που συμμετείχαν με τη μορφή e book.*



*Ευχαριστώ για τη συμμετοχή σας !!!*

*Αθηνά Πρωτόπαππα  
Σχολική Νοσηλεύτρια*