

# Αγαπητοί Γονείς/Φροντιστές

1. Το με αρ. πρωτ. Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. 45090/29-04-2024 εισ. έγγραφο

2. το άρθρο 1 της υπό στοιχεία 1614/Υ1/8-1-2020 ΚΥΑ (Β' 8)

Με χαρά σας ανακοινώνουμε την έναρξη της πιλοτικής εφαρμογής του προγράμματος για την προαγωγή υγιεινών διατροφικών συνηθειών και σωματικής δραστηριότητας στα Νηπιαγωγεία. Το Υπουργείο Υγείας, αναγνωρίζοντας το πρόβλημα της παιδικής παχυσαρκίας στη χώρα μας, την πολυπαραγοντική αιτιολογία της και την ανάγκη έγκαιρης πρόληψης, καθώς και τον κομβικό ρόλο του σχολείου στη διαμόρφωση των συμπεριφορών υγείας, υλοποιεί το παρόν πρόγραμμα στα σχολεία της χώρας. Το πρόγραμμα στο οποίο συμμετέχει το νηπιαγωγείο του παιδιού σας αποτελεί βασικό πυλώνα της Εθνικής Δράσης κατά της Παιδικής Παχυσαρκίας που υλοποιείται από το Υπουργείο Υγείας, με την υποστήριξη και το συντονισμό της UNICEF, καθώς και με τη συνεργασία του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου και άλλων συνεργαζόμενων φορέων.

Βασικός σκοπός του προγράμματος είναι να υποστηρίξει τη δημιουργία ενός ευνοϊκού περιβάλλοντος στο σχολείο και στο σπίτι με στόχο την προώθηση ενός πιο υγιεινού τρόπου ζωής για τα παιδιά. Το πρόγραμμα στοχεύει σε τέσσερις επιθυμητές συμπεριφορές:

- Στην επαρκή κατανάλωση νερού και στην ταυτόχρονη μείωση της κατανάλωσης ροφημάτων και χυμών με ζάχαρη
- Στην κατανάλωση πρωινού ή/και υγιεινών ενδιάμεσων γευμάτων
- Στην επαρκή σωματική δραστηριότητα
- Στη μείωση του χρόνου καθιστικής ζωής και ιδιαίτερα του χρόνου ενασχόλησης με οθόνες

Συγκεκριμένα, το πρόγραμμα αποσκοπεί στη δημιουργία περισσότερων ευκαιριών για υγιεινή διατροφή και σωματική δραστηριότητα. Στο πλαίσιο υλοποίησης του προγράμματος έχει αναπτυχθεί μια εργαλειοθήκη που απευθύνεται στα παιδιά, στους/στις εκπαιδευτικούς και στις οικογένειες των παιδιών και στοχεύει στην προώθηση των επιθυμητών συμπεριφορών, τόσο στο σχολείο όσο και στο σπίτι.

Ο δικός σας ρόλος ως γονείς/φροντιστές των παιδιών στην υποστήριξη των επιθυμητών συμπεριφορών του προγράμματος είναι καίριας σημασίας, καθώς διαμορφώνετε σε σημαντικό βαθμό το φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον των παιδιών (διατροφή, πρόσβαση σε χώρους σωματικής δραστηριότητας, χρήση ηλεκτρονικών συσκευών), αλλά και επειδή αποτελείτε πρότυπο για τα παιδιά σας. Μέσω και της δικής σας εμπλοκής στο πρόγραμμα στοχεύουμε στην υιοθέτηση των υγιεινών συμπεριφορών-στόχων από όλη την οικογένεια.

Για την επίτευξη του στόχου αυτού, η συγγραφική ομάδα έχει δημιουργήσει ειδικά διαμορφωμένο υλικό (σύντομα ενημερωτικά φυλλάδια, κάρτες συμβουλών και δραστηριότητες για το σπίτι) που απευθύνονται σε όλη την οικογένεια, για τη δική σας ενασχόληση και ενημέρωση στο σπίτι, το οποίο

είναι συγκεντρωμένο σε μία πλατφόρμα που δημιουργήθηκε για αυτό το σκοπό. Την πλατφόρμα αυτή μπορείτε να βρείτε στην παρακάτω διεύθυνση: <https://shieldfromobesity2.learnworlds.com>

Εναλλακτικά:



**Σκανάρετε εδώ!**

Μέσω της συνεργασίας όλων μας ως μια κοινότητα - εκπαιδευτικοί, γονείς και μαθητές - μπορούμε να συμμαχήσουμε στη μάχη κατά της παιδικής παχυσαρκίας. Σας ενθαρρύνουμε να υποστηρίξετε τη συμμετοχή του παιδιού σας σε αυτό το πρόγραμμα και να ενισχύσετε την υιοθέτηση των υγιεινών συνηθειών και στο σπίτι.

Η ομάδα του προγράμματος είναι στη διάθεσή σας για οποιαδήποτε βοήθεια και υποστήριξη στη χρήση του υλικού, τόσο μέσω της ιστοσελίδας και της ειδικής πλατφόρμας επικοινωνίας, όσο και μέσω της παρακάτω ηλεκτρονικής διεύθυνσης: [toolboxsupport@unicef.org](mailto:toolboxsupport@unicef.org)

Αν έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις ή ανησυχίες σχετικά με το πρόγραμμα, μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας. Δεσμευόμαστε να σας παρέχουμε υποστήριξη και καθοδήγηση σε κάθε βήμα της διαδρομής!

Σας ευχαριστούμε για την υποστήριξή σας στις προσπάθειές μας τα παιδιά να έχουν ένα υγιές ξεκίνημα στη ζωή τους και να υιοθετήσουν υγιεινές συμπεριφορές που θα τους ακολουθούν μέχρι και την ενηλικίωσή τους.

Με εκτίμηση

Η συγγραφική ομάδα του προγράμματος