

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΙΤΙΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΩΘΗΣΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ-ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Αξιότιμοι γονείς,

Το Ινστιτούτο Prolepsis, **συνεχίζει για 13<sup>η</sup> συνεχή σχολική χρονιά το Πρόγραμμα Σίτισης και Προώθησης Υγιεινής Διατροφής – ΔΙΑΤΡΟΦΗ** σε σχολεία πολλών περιοχών της Ελλάδας.

Η **Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας**, αντιλαμβανόμενη τις δυσμενείς συνθήκες που η οικονομική κρίση των τελευταίων ετών έχει επιφέρει σε ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού, έχει θέσει ως προτεραιότητά της τη δημιουργία ενός «δικτύου κοινωνικής ασφάλειας» κατά του κοινωνικού αποκλεισμού. Στο πλαίσιο αυτό, εξασφάλισε για 8η σχολική χρονιά την εφαρμογή του προγράμματος **ΔΙΑΤΡΟΦΗ** σε περισσότερους από 3.700 μαθητές που φοιτούν σε σχολεία της Στερεάς Ελλάδας. **Θα θέλαμε να σας συγχαρούμε διότι το σχολείο σας εντάχθηκε στο Πρόγραμμα τη φετινή σχολική χρονιά, 2023-2024.**

Το Πρόγραμμα έχει δύο βασικούς στόχους:

- Να προσφέρει **καθημερινά, δωρεάν, σε όλους τους μαθητές** του σχολείου **ένα υγιεινό ποιοτικό γεύμα**
- Να **προωθήσει υγιεινές διατροφικές συνήθειες στους μαθητές και τις οικογένειές τους**

Κάθε ημέρα, θα δίνεται δωρεάν σε κάθε μαθητή ένα υγιεινό γεύμα στο σχολείο, το οποίο ενδεικτικά είναι:

- Σάντουιτς, πίτα ή πίτσα λαχανικών ή κάποιο αρτοσκεύασμα ολικής άλεσης (π.χ. σταφιδόψωμο)
- Φρέσκο φρούτο εποχής, και
- Γάλα λευκό ή γιαούρτι, 2-3 φορές/εβδομάδα

Το διαιτολόγιο του Προγράμματος θα αποστέλλεται στη Διεύθυνση του σχολείου κάθε εβδομάδα, ώστε να μπορείτε να ενημερώνεστε.

Τα γεύματα σχεδιάζονται από την επιστημονική ομάδα του Προγράμματος. Σε όλα τα στάδια της παραγωγικής διαδικασίας και της διανομής λαμβάνονται τα απαραίτητα υγειονομικά μέτρα, ώστε να διασφαλίζεται η ασφαλής προετοιμασία και διάθεση των γευμάτων.

**Προσοχή:** Εάν το παιδί σας έχει αλλεργία ή άλλο θέμα υγείας που έχει σχέση με τρόφιμα, παρακαλούμε να ενημερώσετε τον Υπεύθυνο Προγράμματος του σχολείου.

Στο Πρόγραμμα συμμετέχουν **όλα** τα παιδιά του σχολείου. Σε περίπτωση που δεν επιθυμείτε να συμμετέχει το παιδί σας, παρακαλούμε να ενημερώσετε τη διεύθυνση του σχολείου. Για τη συμμετοχή του παιδιού σας στο Πρόγραμμα, παρακαλούμε **να αφιερώσετε μερικά λεπτά για να συμπληρώσετε την ανώνυμη φόρμα συγκατάθεσης, το ερωτηματολόγιο και την ειδική φόρμα στο τέλος του ερωτηματολογίου.** Τα στοιχεία αυτά είναι ιδιαίτερα χρήσιμα για να κατανοήσουμε τις ανάγκες σας, έτσι ώστε να βελτιωθεί το Πρόγραμμα στο μέλλον και να μελετήσουμε τα πιθανά μακροχρόνια οφέλη του στην υγεία των παιδιών. Τα σχολεία που θα συγκεντρώσουν ερωτηματολόγια από τουλάχιστον 90% των μαθητών τους θα μπουν σε κλήρωση και πέντε από αυτά θα κερδίσουν βραβείο (π.χ. αθλητικός εξοπλισμός, όπως μπάλες κ.ά) από τα οποία θα ωφεληθούν όλοι οι μαθητές του σχολείου.

Για περισσότερες πληροφορίες και ερωτήσεις ή για να αναφέρετε τυχόν προβλήματα, μπορείτε να επικοινωνείτε με την ομάδα του Ινστιτούτου Prolepsis στο τηλέφωνο 210-6255700.

Σας ευχαριστούμε θερμά εκ των προτέρων,

Η Ομάδα του Προγράμματος Σίτισης και Προώθησης Υγιεινής Διατροφής - **ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

Υλοποιείται από το:

Δωρητής: