



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ  
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

-----  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π. & Δ. ΕΚΠ/ΣΗΣ  
ΔΥΤ. ΕΛΛΑΔΟΣ  
Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΧΑΪΑΣ  
**32° ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ**

Αγαπητοί γονείς, σας ενημερώνουμε για την επιλογή του σχολείου μας προκειμένου να συμμετάσχει στο πρόγραμμα με τίτλο: **“HEALTH4EUKids” – «Βήματα Υγείας»**.

Αφορά σε δράσεις στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού προγράμματος Health4EUKids, μέσω της εφαρμογής του Work Package 5 (W.P. 5) “GRUNAU MOVIES”. Το ανωτέρω πρόγραμμα εστιάζει σε μαθητές δημοτικών σχολείων ηλικίας 6 - 12 ετών και στοχεύει μέσω των πιο σύγχρονων και πετυχημένων ευρωπαϊκών πρακτικών να εκπαιδεύσει τα παιδιά ώστε να κατανοήσουν και να υιοθετήσουν υγιείς τρόπους διαβίωσης μέσω προώθησης της μεσογειακής διατροφής και της άθλησης.

Στόχοι του προγράμματος είναι, οι μαθητές/τριες:

- Να ενημερωθούν για τα οφέλη της μεσογειακής διατροφής
- Να ενημερωθούν για τα οφέλη της σωματικής δραστηριότητας
- Μέσα από βιωματικά παραδείγματα και παιχνίδια να καταλάβουν πως μπορούν να εφαρμόσουν τη μεσογειακή διατροφή στην καθημερινότητά τους
- Μέσα από βιωματικές δραστηριότητες να καταλάβουν πως μπορούν να αθλούνται τακτικά (δυνατότητες άθλησης και ελεύθερου παιχνιδιού)
- Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα υγιεινής διατροφής και άθλησης.
- Να αναπτύξουν δεξιότητες ώστε να επεξεργάζονται και να αξιολογούν τις προσλαμβανόμενες πληροφορίες καθώς και να αντιληφθούν τους κινδύνους που απειλούν την υγεία τους
- Να εκπαιδευτούν ώστε να αποκτήσουν την ικανότητα λήψης αποφάσεων κατά το δυνατόν πάνω σε θέματα που αφορούν στην υγεία τους
- Να υιοθετήσουν τρόπους υγιεινής διατροφής και σωματικής άσκησης

Ο Σύλλογος Διδασκόντων