



Αθήνα, 05.05.2025

ΘΕΜΑ: «2^ο Διαδικτυακό Σεμινάριο για γονείς και φροντιστές στο πλαίσιο της Εθνικής Δράσης κατά της Παιδικής Παχυσαρκίας- Εκπαίδευση στις Εργαλειοθήκες “Τροφή για δράση”»

Αξιότιμοι κύριοι και κυρίες,

Η παιδική υπερβαρότητα και παχυσαρκία αποτελεί ένα παγκόσμιο πρόβλημα, το οποίο στην Ελλάδα έχει λάβει ανησυχητικές διαστάσεις. Οι αιτίες του προβλήματος αυτού σχετίζονται με όλους τους φορείς που αλληλοεπιδρούν στη διαμόρφωση συμπεριφορών και αντιλήψεων σε ένα παιδί, συμπεριλαμβανομένης της οικογένειας, του σχολικού περιβάλλοντος και της κοινωνίας γενικότερα. Η έγκαιρη πρόληψη των παραγόντων που οδηγούν στο πρόβλημα της υπερβαρότητας και της παχυσαρκίας από τα πρώτα χρόνια της ζωής των παιδιών αποτελεί κρίσιμο ζήτημα και μπορεί να επιτευχθεί μεταξύ άλλων και μέσω της ενίσχυσης του σημαντικού ρόλου του σχολείου και της οικογένειας στη διαμόρφωση σωστών συμπεριφορών σε θέματα υγείας.

Σύμφωνα με την εγκύκλιο της 12/11/24 με Αρ. Πρωτ.: Φ.15/135424/Δ7 (<https://www.esos.gr/sites/default/files/articles-2023/%CE%95%CE%B8%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%B7%CC%81%20.pdf>), η UNICEF σε συνεργασία με το Υπουργείο Υγείας υλοποιούν σε όλη τη χώρα την Εθνική Δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας. Στα πλαίσια αυτού του προγράμματος μεγάλα ΑΕΙ της χώρας έχουν αναλάβει την εξοικείωση όλης της σχολικής κοινότητας και των οικογενειών με το εκπαιδευτικό υλικό που έχει δημιουργηθεί προκειμένου να ενισχυθεί η κατανόηση του προβλήματος της παιδικής παχυσαρκίας και η προσπάθεια αλλαγής των συμπεριφορών υγείας γύρω από αυτή.

Στο πλαίσιο αυτό, το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού, το Υπουργείο Υγείας και το γραφείο της UNICEF στην Ελλάδα διοργανώνουν το 2^ο διαδικτυακό εργαστήριο για τους γονείς παιδιών κάθε ηλικίας στη Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση, την **Δευτέρα 12 Μαΐου 2025** και ώρες **17:30-20:30** με θέμα:

Εκπαίδευση στις Εργαλειοθήκες «Τροφή για Δράση»

Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου θα αναλυθούν εις βάθος οι Εργαλειοθήκες «Τροφή για Δράση» καθώς και πώς μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές, και τους ιδιαίτερα τους γονείς/φροντιστές τους στην πρόληψη και αντιμετώπιση του προβλήματος της παιδικής παχυσαρκίας.

Με βάση τις Εργαλειοθήκες «Τροφή για δράση» θα συζητηθούν τα ακόλουθα θέματα:



- Υιοθέτηση από τους γονείς και τα παιδιά επιθυμητών πρακτικών υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας εστιάζοντας σε τέσσερις συμπεριφορές-στόχους.
- Συμπεριφορές στόχοι: Αύξηση της κατανάλωσης του νερού, μείωση του καθιστικού χρόνου, καθιέρωση πρωινού και υγιεινών ενδιάμεσων γευμάτων, αύξηση της σωματικής δραστηριότητας.
- Πρακτικά παραδείγματα εφαρμογής, τα οποία να δείχνουν την ευκολία ενσωμάτωσης του προγράμματος στην καθημερινότητα της οικογένειας.

Εισηγήτριες του Διαδικτυακού Εργαστηρίου θα είναι οι:

Εμμανουέλλα Μαγριπλή, Επίκουρη Καθηγήτρια Διατροφικής Επιδημιολογίας και Δημόσιας Υγείας,

Καράτση Καλλιόπη Ζαφειρένια, Επίκουρη Καθηγήτρια Κλινικής Συμβουλευτικής και Διατροφικής Συμπεριφοράς

Αιμιλία Πατέλη, Υποψήφια Διδάκτωρ

Παναγιώτα Καλούδη, Υποψήφια Διδάκτωρ

Νίκη Μυρίντζου, Υποψήφια Διδάκτωρ

Χρήστος Παφίλας, Υποψήφιος Διδάκτωρ

από το Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών

Με την παρούσα επιστολή, θα θέλαμε να προσκαλέσουμε τους Συλλόγους Γονέων να προωθήσουν την παρούσα πρόσκληση στους γονείς χρησιμοποιώντας όλους τους δυνατούς διαύλους επικοινωνίας και προωθώντας το και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τις ιστοσελίδες και τα blog που διαθέτουν για την επιτυχή ενημέρωση όλων των γονέων.

Σημειώνεται ότι η περιοχή ευθύνης του Γεωπονικού Πανεπιστημίου είναι η Β' Αθήνας, η Δ' Αθήνας και η Β' Ανατολικής Αττικής (Αχαρνές, Διόνυσος, Ωρωπός).

Όσοι ενδιαφέρονται να παρακολουθήσουν το εργαστήριο καλούνται να συμπληρώσουν τα στοιχεία τους στην ηλεκτρονική φόρμα στον ακόλουθο σύνδεσμο:

<https://forms.gle/EY4BXQAnQR2fPeeg6>

Ακολουθώντας, θα ενημερωθούν για τις λεπτομέρειες της συμμετοχής τους με νέο μήνυμα που θα σταλεί στη διεύθυνση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που θα έχουν δηλώσει στη σχετική φόρμα (απαραίτητος ο έλεγχος του φακέλου των spam).

Με την επιτυχή ολοκλήρωση της επιμόρφωσης μέσω της πλατφόρμας των Εργαλειοθηκών παρέχεται ηλεκτρονική βεβαίωση παρακολούθησης.



ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΑΣΠΙΑΔ.

εθνική δράση
κατά της
παιδικής
παχυσαρκίας



Θα χαρούμε ιδιαίτερα να σταθείτε αρωγοί σε αυτή την προσπάθεια και να μας τιμήσετε με την παρουσία σας.

Εμμανουέλα Μαγριπλή
Επίκουρη Καθηγήτρια
Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Καράτζη Καλλιόπη
Επίκουρη Καθηγήτρια
Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

