



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ
Π.Ε & Δ.Ε ΑΤΤΙΚΗΣ
Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Δ' ΑΘΗΝΑΣ
ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

Νέα Σμύρνη, 20-11-2025

Αρ. Πρωτ.: 20986

Ταχ. Δ/ση: Λεωφόρος Συγγρού 165
Τ.Κ. – Πόλη: 17121 - Νέα Σμύρνη
Πληροφορίες: Δ. Μπεκατώρου
Ιστοσελίδα : <http://dipe-athin.att.sch.gr>
<https://blogs.sch.gr/dimbekator/>
Email : dbekagogiygeias@gmail.com
Τηλέφωνο : 2131617456

ΠΡΟΣ:

- 1.Διευθυντές/ντριες Δημοτικών Σχολείων και Προϊστάμενους/ες Νηπιαγωγείων της Διεύθυνσης Π.Ε. Δ' Αθήνας
- 2.Εκπαιδευτικούς σχολικών μονάδων της Διεύθυνσης Π.Ε. Δ' Αθήνας

ΚΟΙΝ:

- 1.Επόπτη Ποιότητας της Εκπαίδευσης της ΔΙ.Π.Ε. Δ' Αθήνας
- 2.Συμβούλους Εκπαίδευσης της ΔΙ.Π.Ε. Δ' Αθήνας

ΘΕΜΑ: «Διαδικτυακά Σεμινάρια στο πλαίσιο της Εθνικής Δράσης κατά της Παιδικής Παχυσαρκίας-

Ευαισθητοποίηση & Εκπαίδευση στις Εργαλειοθήκες “Τροφή για δράση”»

Σας ενημερώνουμε ότι η Δ' Διεύθυνση Π.Ε. Αθήνας δια της Υπεύθυνης Αγωγής Υγείας σε συνεργασία με το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, το Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού, το Υπουργείο Υγείας και το γραφείο της UNICEF στην Ελλάδα, διοργανώνουν διαδικτυακά εργαστήρια για τους εκπαιδευτικούς Πρωτοβάθμιας, με θέμα:

Ευαισθητοποίηση & Εκπαίδευση στις Εργαλειοθήκες «Τροφή για Δράση»

Τα σεμινάρια θα πραγματοποιηθούν διαδικτυακά, στις παρακάτω ημερομηνίες:

- Την **Τρίτη 25 Νοεμβρίου 2025** και ώρα **18:00-20:00**
- Την **Πέμπτη 27 Νοεμβρίου 2025** και ώρα **19:00-21:00**
- Την **Τρίτη 2 Δεκεμβρίου 2025** και ώρα **18:00-20:00**

Σύντομη περιγραφή της Επιμόρφωσης:

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 αλληλεπιδρούν 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 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/articles2023/%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 με το εκπαιδευτικό υλικό που έχει δημιουργηθεί προκειμένου να ενισχυθεί στις σχολικές μονάδες 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 διαδικτυακά εργαστήρια για τους εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων εκπαίδευσης.

Κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων θα συζητηθεί η σοβαρότητα του προβλήματος της παιδικής παχυσαρκίας, και η ενημέρωση για την ύπαρξη των Εργαλειοθηκών «Τροφή για Δράση» καθώς και πώς μπορούν να βοηθήσουν τους εκπαιδευτικούς, τους μαθητές, και τους γονείς/φροντιστές τους για να διαδοθούν και να υποστηριχθεί η υλοποίησή τους στο σχολείο.

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

- Επιπολασμός και συνέπειες παχυσαρκίας
- Αιτίες εμφάνισης παχυσαρκίας, παράγοντες κινδύνου και η σημασία πρόληψης και παρέμβασης στην παιδική ηλικία
- Γενική παρουσίαση του προγράμματος «Τροφή για Δράση»
- Υιοθέτηση από 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 εκπαιδευτική καθημερινότητα.

Εισηγητές των Διαδικτυακών Εργαστηρίων:

Εμμανουέλλα Μαγριπλή, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Διατροφικής Επιδημιολογίας και Δημόσιας Υγείας.

Καράτζη Καλλιόπη Ζαφειρένια, Επίκουρη Καθηγήτρια Κλινικής Συμβουλευτικής και Διατροφικής Συμπεριφοράς.

Αιμιλία Πατέλη, Υποψήφια Διδάκτωρ

Νίκη Μυρίντζου, Υποψήφια Διδάκτωρ

Παναγιώτα Καλούδη, Υποψήφια Διδάκτωρ

Χρήστος Παφίλας, Υποψήφιος Διδάκτωρ

από το Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών.

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

<https://forms.gle/Ah5JosDFZmUkXZJb8>

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.

Η Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Δήμητρα Μπεκατώρου

Ο Διευθυντής Π. Ε. Δ' Αθήνας

Ιωάννης Ν. Κουμέντος