



ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΔΙΠΛΑΔ.

εθνική δράση
κατά της
παιδικής
παχυσαρκίας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας



unicef
για κάθε παιδί

Ελλάδα 2.0
Εθνική Στρατηγική για την Ανάπτυξη



Με τη χρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU

Εθνική Δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας
ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΕΣ «ΤΡΟΦΗ ΓΙΑ ΔΡΑΣΗ»
ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

Το **Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης** προσκαλεί γονείς/φροντιστές που διαμένουν στη
Δυτική Θεσσαλονίκη & στους Νομούς Ημαθίας, Πιερίας, Σερρών, Καστοριάς και Φλώρινας
σε διαδικτυακό επιμορφωτικό εργαστήριο για τις εργαλειοθήκες «Τροφή για Δράση».

Όσοι γονείς/φροντιστές ενδιαφέρονται, μπορούν να το παρακολουθήσουν

είτε την **Πέμπτη 22 Μαΐου 2025, 18.00-21.00**

είτε τη **Δευτέρα 26 Μαΐου 2025, 18.00-21.00.**

Παρακολούθηση μέσω του συνδέσμου Zoom:

<https://authgr.zoom.us/j/98190395008?pwd=Qb6Xghu9ZyIEbadnx8wrMhyUgSRhRL.1>

Meeting ID: 981 9039 5008

Passcode: 553332

Δήλωση συμμετοχής για την **Πέμπτη 22 Μαΐου 2025** στον σύνδεσμο:

<https://forms.gle/k74rZ2E1Kgw7TBRa7>

Δήλωση συμμετοχής για την **Δευτέρα 26 Μαΐου 2025** στον σύνδεσμο:

<https://forms.gle/zZGGrPrpUYxMJeds8>

Πρόγραμμα εργαστηρίου- Εισηγητές:

- **Τι είναι η Εθνική Δράση για την παιδική παχυσαρκία;**
Τσίμτσιου Ζωή, *Αν. Καθηγήτρια Υγιεινής, Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής, Τμήμα Ιατρικής, ΑΠΘ*
- **Γιατί ασχολούμαστε με την παιδική παχυσαρκία;**
Χάιδιτς Άννα-Μπεττίνα, *Καθηγήτρια Ιατρικής Στατιστικής-Επιδημιολογίας, Τμήμα Ιατρικής, ΑΠΘ*
- **Σύντομη πλοήγηση στις εργαλειοθήκες**
Γούναρη Ευδοξία, *Ιατρός Βιοπαθολόγος, Εκπαιδευτικός, MSc, PhD, Τμήμα Ιατρικής, ΑΠΘ*
- **Συμπεριφορά-στόχος: Επαρκής κατανάλωση νερού και μείωση ροφημάτων με προστιθέμενη ζάχαρη ή γλυκαντικά**



Θεοδωρίδης Ξενοφών, Διαιτολόγος, Ακαδημαϊκός Συνεργάτης, MSc, Τμήμα Ιατρικής, ΑΠΘ

- **Συμπεριφορά-στόχος: Κατανάλωση ισορροπημένου πρωινού και υγιεινών ενδιάμεσων γευμάτων**

Παπαεμμανουήλ Ανδρονίκη, Διαιτολόγος, Ακαδημαϊκή Συνεργάτιδα, MSc, Τμήμα Ιατρικής, ΑΠΘ

- **Συμπεριφορά-στόχος: Αύξηση της σωματικής δραστηριότητας**

Καταρτζή Ερμιόνη, Αν. Καθηγήτρια Κινητικής Ανάπτυξης και Αδεξιότητας, ΤΕΦΑΑ Σερρών, ΑΠΘ

- **Συμπεριφορά-στόχος: Μείωση του χρόνου καθιστικής ζωής, χρήση οθονών**

Βλαχόπουλος Συμεών, Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας, ΤΕΦΑΑ Σερρών, ΑΠΘ

- **Οι εργαλειοθήκες «Τροφή για Δράση»: Σύνδεση με τα δικαιώματα του παιδιού**

Παπαδοπούλου Δέσποινα, Καθηγήτρια Γλωσσολογίας, Τμήμα Φιλολογίας, Εκπρόσωπος του Κέντρου για τα Δικαιώματα του Παιδιού, ΑΠΘ

Δούκα Νίνα, Ακαδημαϊκή Συνεργάτιδα, MA, PhD, Τμήμα Φιλολογίας, Εκπρόσωπος του Κέντρου για τα Δικαιώματα του Παιδιού, ΑΠΘ

- **Ερωτήσεις-Συζήτηση**

Θα δοθεί Βεβαίωση Συμμετοχής.

Για περισσότερες πληροφορίες για το σεμινάριο, απευθυνθείτε στο email:

paxisarkiakaipaidi.auth@gmail.com

Το επιμορφωτικό σεμινάριο υλοποιείται στο πλαίσιο της εγκυκλίου που εστάλη στις 12/11/2024 από το Υπουργείο Παιδείας (Φ.15/135424/Δ7) για την υποστήριξη της Εθνικής Δράσης κατά της παιδικής παχυσαρκίας στο σχολικό περιβάλλον, καθώς και στο πλαίσιο του Εθνικού Δικτύου Συνεργαζόμενων Φορέων για τη Δημόσια Υγεία της Εθνικής Δράσης κατά της παιδικής παχυσαρκίας του Υπουργείου Υγείας σε συνεργασία με τη UNICEF (Εθνικό Σχέδιο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας Ελλάδα 2.0 με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης – NextGenerationEU).

Σχετικά με τις εργαλειοθήκες του εκπαιδευτικού προγράμματος «Τροφή για Δράση»

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα με τίτλο «Τροφή για Δράση», το οποίο αναπτύχθηκε από το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο σε συνεργασία με την UNICEF, διαθέτει τέσσερις Εργαλειοθήκες που απευθύνονται σε μαθητές και μαθήτριες όλων των τάξεων των σχολικών μονάδων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης της χώρας (Νηπιαγωγείο, Δημοτικό, Γυμνάσιο και Λύκειο), εκπαιδευτικούς και γονείς/κηδεμόνες. Βασικός σκοπός των Εργαλειοθηκών είναι η προαγωγή ενός υγιεινότερου και πιο δραστήριου τρόπου ζωής για τα παιδιά και τους/τις εφήβους μέσω: (α) της υιοθέτησης υγιεινών διατροφικών συμπεριφορών και (β) της ενίσχυσης της σωματικής τους δραστηριότητας. Ειδικότερα, εστιάζουν στην εδραίωση σε καθημερινή βάση συνηθειών όπως: αύξηση της κατανάλωσης του νερού, μείωση του καθιστικού χρόνου, καθιέρωση πρωινού και υγιεινών ενδιάμεσων γευμάτων και αύξηση της σωματικής δραστηριότητας. Από το τρέχον σχολικό έτος (2024-2025) και εξής, οι Εργαλειοθήκες που απευθύνονται σε εκπαιδευτικούς θα αξιοποιηθούν από το σύνολο των σχολικών μονάδων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης της χώρας με κάθε πρόσφορο τρόπο κατά περίπτωση.

Το υλικό των Εργαλειοθηκών που απευθύνονται σε γονείς βρίσκεται διαθέσιμο στους παρακάτω συνδέσμους κατόπιν εγγραφής των ενδιαφερομένων:



ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΔΙΠΛΑΔ.

εθνική δράση
κατά της
παιδικής
παχυσαρκίας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

unicef
για κάθε παιδί

Ελλάδα 2.0
Εθνικό σχέδιο ανάπτυξης
και ανθεκτικότητας



Με τη χρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU

- Για γονείς παιδιών που φοιτούν στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση:
<https://www.paxisarkiakaipaiditoolboxes1.gr/>
- Για γονείς παιδιών που φοιτούν στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση:
<https://paxisarkiakaipaiditoolboxes2.gr/goneis/>

Σχετικά με την Εθνική Δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας:

Η Εθνική Δράση για την αντιμετώπιση της Παιδικής Παχυσαρκίας αποτελεί το πρώτο ολοκληρωμένο πρόγραμμα με στόχο την πρόληψη και την καταπολέμησή της, μέσω της προώθησης και υιοθέτησης υγιεινών διατροφικών συνηθειών και σωματικής δραστηριότητας. Το Πρόγραμμα υλοποιείται από το Υπουργείο Υγείας σε συνεργασία με τη UNICEF στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας Ελλάδα 2.0 με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης – NextGenerationEU. Στο πρόγραμμα συμμετέχουν ακαδημαϊκοί, εκπαιδευτικοί πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, διακεκριμένοι σεφ, γονείς και παιδιά, αθλητικά σωματεία, τοπικοί φορείς και κοινότητες. Είναι το πρώτο πρόγραμμα που υλοποιείται σε όλη την επικράτεια, καλύπτοντας τις ανάγκες των παιδιών ηλικίας 0-17 ετών και των οικογενειών τους, σε επίπεδο πρωτοβάθμιας, δευτεροβάθμιας και τριτοβάθμιας πρόληψης.

Μάθετε περισσότερα για την Εθνική Δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας: paxisarkiakaipaidi.gov.gr

Ακολουθήστε τα κανάλια της Εθνικής Δράσης στο [Facebook](#), [Instagram](#), Tik Tok, [YouTube](#)