ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΑΣΠΙΔΑ.
εθνική δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

unicef
για κάθε παιδί

Ελλάδα 2.0
Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU

ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΥΓΕΙΑΣ

«Τροφή για Δράση»

Με μεγάλη χαρά σας προσκαλούμε στο Φεστιβάλ Υγείας που διοργανώνει το **Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας** του Ελληνικού Μεσογειακού Πανεπιστημίου με θέμα:

«Τροφή για Δράση»

στο πλαίσιο της Εθνικής Δράσης κατά της Παιδικής Παχυσαρκίας

Σάββατο 21 Μαρτίου 2026

10.00-14.00

2ο Πειραματικό Δημοτικό Σχολείο Ιεράπετρας

Σύνδεσμος εξ αποστάσεως παρακολούθησης:
https://minedu-secondary.webex.com/meet/charidimos

"Το πρόγραμμα "Τροφή για Δράση" απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς, γονείς/φροντιστές και μαθητές/τριες 4-17 ετών και αποτελεί πυλώνα της Εθνικής Δράσης κατά της Παιδικής παχυσαρκίας που υλοποιείται απο το Υπουργείο Υγείας και τη UNICEF στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας Ελλάδα 2.0 με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης - NextGeneration EU"

ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΑΣΠΙΔΑ.
εθνική δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

unicef
για κάθε παιδί

Ελλάδα 2.0

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU

Πρόγραμμα Εκδηλώσεων

10.00-10.45	**Προσέλευση - Εγγραφές**
Καλωσόρισμα και Χαιρετισμοί	
10.45-11.00	Αναστασία Μαρκάκη, Αναπλ. Καθηγήτρια Κλινικής Διατροφής, Πρόεδρος του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, ΣΕΥ, ΕΛΜΕΠΑ
11.00-11.05	Παπαδάκης Αντώνιος, Γενικός Διευθυντής Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας, Περιφέρειας Κρήτης, Πρόεδρος Πανελλήνιας Ένωσης Εποπτών Δημόσιας Υγείας
11.05-11.10	Σοφία Κουκούλη, Κοσμήτορας Σχολής Επιστημών Υγείας και Αναπλ. Καθηγήτρια Κοινωνικής Πολιτικής, Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, ΣΕΥ, ΕΛΜΕΠΑ
Εισηγήσεις - Παρουσιάσεις	
11.10- 11.25	Η πρόληψη ξεκινά από το σπίτι Μαρία Παπαδακάκη, Αναπλ. Καθηγήτρια, Πρόεδρος Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας, ΣΕΥ, ΕΛΜΕΠΑ
11.25-11.40	Καύσιμο για Παιχνίδι: Διατροφή για Δραστήρια Παιδιά Αναστασία Μαρκάκη, Αναπλ. Καθηγήτρια Κλινικής Διατροφής, Πρόεδρος του Τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, ΣΕΥ, ΕΛΜΕΠΑ
11.40- 11.55	Το παιδί μου μεγαλώνει σωστά; Μύθοι και αλήθειες για το βάρος Νικολέττα Κοντολαιμάκη, Παιδίατρος MD, μέλος ΔΣ Παγκρήτρια Παιδιατρικής Εταιρείας
11.55-12.10	Η κοινωνική κατασκευή των σωματικών στερεοτύπων και η διαμόρφωση μιας θετικής αυτοεικόνας στην εφηβική ηλικία Κατερίνα Χαρωνιτάκη, MSC, PhD, Ψυχολόγος, Προσωποκεντρική Ψυχοθεραπεύτρια, Εντεταλμένη Διδάσκουσα ΕΛΜΕΠΑ
12.10-12.20	**Συζήτηση - Ερωτήσεις**
12.20-12.50	**Διάλειμμα**
12.50-13.05	Παρουσίαση και ξενάγηση των Εργαλειοθηκών του Προγράμματος «Τροφή για Δράση» Θεοδώρα Μπαλαφούτη, Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, ΣΕΥ, ΕΛΜΕΠΑ
Τοποθετήσεις συνεργαζόμενων φορέων για το πρόγραμμα «Τροφή για Δράση»	
13.05-13.10	Ιωάννης Νούλης, Διευθυντής 2ου ΔΣ Σητείας, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αιγαίου, Συνεργαζόμενο Εκπ. Προσωπικό Παν. Frederick Κύπρου
13.10-13.15	Κανύχης Παναγιώτης, Διευθυντής 1ου Πειραματικού ΔΣ Ρόδου, Υπότροφος Ιδρύματος Fulbright, Υπ. Διδάκτορας Πανεπιστημίου Αιγαίου
13.15-13.20	Σουζάνα Ιωακειμίδου, Κλινική και Μοριακή Διαιτολόγος, Κέντρο Κλινικής & Μοριακής Διατροφής Ρόδου, NutriClinicians
13.20-13.35	Οι δράσεις του ΚΕΠΕΑ Ιεράπετρας στο Πρόγραμμα «Τροφή για Δράση» Ελισάβετ Δρούγκα, μέλος της Παιδαγωγικής Ομάδας του ΚΕΠΕΑ Ιεράπετρας - Νεάπολης
13.35-14.00	Το σώμα μου είναι το όχημά μου για τη χαρά στη ζωή- Εισήγηση και Βιωματική δράση Άισα Γιούργα, Εκπαιδευτικός ΠΕ70 2ου ΔΣ Σητείας, MSc, Δημιουργός της «Συνειδητής Κίνησης»

ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΑΣΠΙΔΑ.

εθνική δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

unicef
για κάθε παιδί

Ελλάδα 2.0

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU

Πρόγραμμα Δραστηριοτήτων για τα παιδιά

10.00-10.30	**Προσέλευση στον χώρο του σχολείου, εγγραφή & διανομή αναμνηστικών δώρων**
10.30-14.00	**Βιωματικές δραστηριότητες για παιδιά – Σταθμοί**
ΣΤΑΘΜΟΊ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ (Φοιτητές- τριες Τμήματος Επιστημών Διατροφής & Διαιτολογίας, ΕΛΜΕΠΑ & ΚΕΠΕΑ Ιεράπετρας - Νεαπόλεως)	
10.30-11.00	Σταθμός Ζωγραφικής Ζωγραφίζω το δικό μου πρωινό
11.00-11.30	Φτιάχνω το δικό μου «γλυκό σνακ» Εργαστήριο Μαγειρικής
11.30-12.00	Σταθμός Νερού Δραστηριότητες για τη σημασία κατανάλωσης νερού και αποφυγής ζαχαρούχων και άλλων ροφημάτων
12.00-12.30	Επιτραπέζια παιχνίδια Επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια με θεματολογία τη διατροφή
12.30-13.00	Σταθμός Κίνησης Δραστηριότητες με χορό, κίνηση και διατάσεις
13.00-13.30	Φτιάχνω το δικό μου «αλμυρό σνακ» Εργαστήριο Μαγειρικής