



ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΩΜΑΤΣ ΑΣΤΡΙΑ

εθνική δράση
κατά της
παιδικής
παχυσαρκίας



Ελλάδα 2.0
ΕΘΝΙΚΟ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΓΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑ



Με τη χρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

1^ο ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΠΛΑΤΕΙΑ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ, Παρασκευή 6 & Σάββατο 7 Ιουνίου

Ο Δήμος Καλαμάτας και το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου σας περιμένουν στο διήμερο Φεστιβάλ Υγείας την Παρασκευή 6 (9:00-13:00) και το Σάββατο 7 Ιουνίου (10:00-14:00).

Στο πλαίσιο δράσεων προαγωγής της υγείας και ευαισθητοποίησης των παιδιών σε θέματα ισορροπημένης διατροφής και άσκησης, θα υλοποιηθεί ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα βιωματικών δραστηριοτήτων. Μαζί με τα παιδιά θα μάθουμε να διαβάζουμε τις διατροφικές ετικέτες και θα κατασκευάσουμε το «πιάτο της υγιεινής διατροφής». Θα παίξουμε «τυφλόμυγα τροφίμων» και θα απαντήσουμε σε διατροφικούς γρίφους. Επίσης θα ασχοληθούμε με αθλήματα, παιχνίδια δύναμης, αλτικότητα και αντοχής και θα κάνουμε μετρήσεις υγείας.

Την **Παρασκευή** θα πραγματοποιηθούν δραστηριότητες και παιχνίδια για σχολεία και θα προβληθεί η ταινία «Το τέλειο γεύμα» ελληνογαλλικής παραγωγής στο Πνευματικό Κέντρο (Ώρες προβολής: 9:30, 10:30, 11:30).

Το **Σάββατο** τα παιδιά και οι γονείς θα λάβουν μέρος σε παιχνίδια και quiz διατροφής. Επιπλέον, θα διεξαχθούν αθλητικές δραστηριότητες και προσφορά υγιεινών τροφίμων (φρούτα, κουλούρι Θεσσαλονίκης, νερό με γεύσεις).



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 καταπολέμηση της, μέσω της προώθησης και υιοθέτησης υγιεινών διατροφικών συνηθειών και σωματικής άσκησης. Το Πρόγραμμα υλοποιείται από το Υπουργείο Υγείας σε συνεργασία με τη UNICEF στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας Ελλάδα 2.0 με την χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης – NextGenerationEU. Στο πρόγραμμα συμμετέχουν ακαδημαϊκοί, δάσκαλοι, καθηγητές, επαγγελματίες υγείας, παιδίατροι, διαιτολόγοι, 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 στο paxisarkiakapaidi.gov.gr

Στοιχεία Επικοινωνίας:

Τμήμα Επιστήμης Διατροφής Διαιτολογίας, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου - Υπεύθυνη Επικοινωνίας Παρασκευή Ντετοπούλου -Email: p.detopoulou@uop.gr

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