



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



ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΥΓΕΙΑΣ

Η Εθνική Δράση κατά της Παχυσαρκίας – Εργαλειοθήκες «Τροφή για δράση»

Γενικά Αρχεία του Κράτους Κάστρο, Ιωάννινα

7 Μαΐου 2025, Ώρα: 09.00-13.00

09:00 - 09:15: Προσέλευση – Εγγραφές

9.15 – 9.30: Χαιρετισμοί

9:15 - 10:30: Κύκλος εισηγήσεων

Προεδρείο:

Ζάραγκας Χ. , Μπέση Μ. , Τίγκας Σ. , Παπαδημητρίου Φ. , Γκέτση Β.

«Εννοιολόγηση του θεσμού του Σχολιάτρου: υγεία, πνευματική ανάπτυξη και ψυχοκοινωνική εξέλιξη των μαθητών της Ζωσιμαίας Σχολής (1938-1949)»

Παπαδοπούλου Μ.

«Παιδική παχυσαρκία: μπορούμε να την προλάβουμε;»

Σέρμπης Α.

«Καταπολεμώντας την παιδική παχυσαρκία: Η δύναμη της ισορροπημένης διατροφής»

Δερδεμέζης Χ.

«Βασικές αρχές και στρατηγικές αποτελεσματικών προγραμμάτων προαγωγής υγείας»

Κούτρας Β.

«Παρεμβάσεις κατά της παιδικής παχυσαρκίας στο σχολικό περιβάλλον: Είναι αποτελεσματικές; - Ματιά στον κόσμο»

Ντζάνη Ε.

«Το ταξίδι της τροφής»

Μυτιλιναίου Κ.

11:00 - 12:30 Περιήγηση στις Εργαλειοθήκες: περιγραφή, σχολιασμός και κριτική αποτίμηση

Προεδρείο: Αγγελόπουλος Π., Σακελλαροπούλου Ε., Χουλιάρα Ξ., Ρίζος Ε.

Εισηγητές: Δερδεμέζης Χ. , Κεχαγιά Β. , Ντόκα Α. , Λώλης Θ. , Ψαρρά Σ. , Παπαγεωργίου Κ. , Τζούμα Α.

Αγγελόπουλος Πέτρος, Περιφερειακός Διευθυντής Εκπαίδευσης Ιονίων Νήσων
Γκέτση Βασιλική, Διευθύντρια Παιδιατρικού Τμήματος του Γ.Ν. Ιωαννίνων “Γ. Χατζηκώστα”,
Παιδίατρος

Δερδεμέζης Χρήστος, Διαιτολόγος-Διατροφολόγος, PhD, Επιστημονικός Συνεργάτης
Εργαστηρίου Υγιεινής και Επιδημιολογίας, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων
Ζάραγκας Χαρίλαος, Αν. Καθηγητής, Πρόεδρος Τμήματος Νηπιαγωγών, Πανεπιστήμιο
Ιωαννίνων

Κεχαγιά Βασιλική, Επόπτρια Ποιότητας Εκπαίδευσης Δ.Δ.Ε. Άρτας
Κούτρας Βασίλειος, Καθηγητής Αγωγής Υγείας, Παιδαγωγικό Τμήμα Νηπιαγωγών,
Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Λώλης Θωμάς, Επόπτης Ποιότητας Εκπαίδευσης Δ.Π.Ε. Θεσπρωτίας

Μαρίνα Μπέση, Αν. Περιφερειακή Διευθύντρια Εκπαίδευσης Ηπείρου

Ντζάνη Ευαγγελία, Καθηγήτρια Υγιεινής & Επιδημιολογίας, Τμήμα Ιατρικής, Πανεπιστήμιο
Ιωαννίνων, Πρόσεδρη Καθηγήτρια Πολιτικών Υγείας, Πανεπιστήμιο Brown, ΗΠΑ

Ντόκα Αγλαΐα, Επόπτης Ποιότητας Εκπαίδευσης Δ.Π.Ε. Άρτας

Παπαγεωργίου Κωνσταντίνος, Διευθυντής 1ο Δημοτικού Σχολείου Λευκίμης Κέρκυρας

Παπαδημητρίου Φωτεινή, Παιδίατρος, MA in Pediatric Nutrition, MA Early Nutrition Specialist

Παπαδοπούλου Μάρθα, Διευθύντρια της υπηρεσίας «Γενικά Αρχεία του Κράτους – Ιστορικό
Μουσείο Ηπείρου»

Ρίζος Ευάγγελος, Αν. Καθηγητής Παθολογίας, Τμήμα Νοσηλευτικής, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Σακελλαροπούλου Ευδοξία, Περιφερειακή Επόπτρια Ποιότητας Εκπαίδευσης Ηπείρου

Σέρμπης Αναστάσιος, Επικ. Καθηγητής Παιδιατρικής-Παιδοενδοκρινολογία, Τμήμα Ιατρικής
Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Σοφία Ψαρρά, Προϊσταμένη Νηπιαγωγείου Ποταμού Κέρκυρας

Τζούμα Αλεξάνδρα, Διευθύντρια Μουσικού Σχολείου Κέρκυρας

Τίγκας Στυλιανός, Καθηγητής Ενδοκρινολογίας-Διαβήτη-Παχυσαρκίας, Τμήμα Ιατρικής,
Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Χουλιάρα Ξανθή, Αν. Περιφερειακή Επόπτρια Ποιότητας Εκπαίδευσης Ιονίων Νήσων,
Επόπτρια Ποιότητας Εκπαίδευσης ΠΕ Κέρκυρας.

Παράλληλες Δραστηριότητες για Παιδιά και Εφήβους

09.00 - 12.30 Ώρα για δράση!

Σταθμός 1: Μουσειοσκευή – «Τρώμε όπως παλιά»

Η Μουσειοσκευή «Τρώμε όπως παλιά» αποτελεί ένα πολύτιμο και καινοτόμο εκπαιδευτικό εργαλείο, σχεδιασμένο για να φέρει τα παιδιά κοντά στην ιστορία, την καθημερινή ζωή και τις διατροφικές συνήθειες των ανθρώπων της αρχαίας Αμβρακίας. Μέσα από τα αρχαία αντικείμενα ή τα αντίγραφά τους παραμυθιακές αφηγήσεις, ιστορικό πλαίσιο και βιωματικές δραστηριότητες, οι μαθητές/-τριες καλούνται να ανακαλύψουν την ιστορία με όλες τις αισθήσεις τους, κατανοώντας τον ρόλο της διατροφής ως στοιχείο πολιτισμού, υγείας και κοινωνικής ταυτότητας.

Σταθμός 2: Παιχνίδι με τις Εργαλειοθήκες (Τμήμα Νηπιαγωγών)

Μέλη ΔΕΠ και φοιτητές του Τμήματος Νηπιαγωγών θα αξιοποιήσουν επιλεγμένα υλικά από τις εκπαιδευτικές εργαλειοθήκες για να αλληλεπιδράσουν δημιουργικά με τους μαθητές μέσα από διασκεδαστικά και βιωματικά παιχνίδια.

Σταθμός 3: Καλάθι για την Υγεία μας (Νέο Κλειστό Γυμναστήριο)

Αθλητές και αθλήτριες μπάσκετ θα συζητήσουν με τα παιδιά για τη σημασία της άσκησης και της υγιεινής ζωής, ενώ στη συνέχεια θα παίξουν μαζί τους σε ένα χαρούμενο παιχνίδι μπάσκετ.

Σταθμός 4: Πώς φτιάχνεται η τροφή μας; (Τμήμα Χημείας)

Το Τμήμα Χημείας του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων θα παρουσιάσει απλά, ασφαλή και ευχάριστα πειράματα που θα δείξουν στα παιδιά πώς παρασκευάζονται βασικά τρόφιμα και τι ρόλο παίζει η χημεία στη διατροφή μας.

Σταθμός 5: Κουπί και φύγαμε! (Ναυτικός Όμιλος Ιωαννίνων)

Αθλητές και προπονητές του Ναυτικού Ομίλου Ιωαννίνων θα εισάγουν τα παιδιά στον κόσμο της κωπηλασίας, θα τους παρουσιάσουν τον εξοπλισμό και θα τους δώσουν την ευκαιρία να δοκιμάσουν τις δυνάμεις τους σε εργόμετρα.

Σταθμός 6: Κοίτα τι μπορούμε να κάνουμε μαζί! (ΣΕΓΑΣ Ηπείρου)

Αθλητές και προπονητές του ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ Ηπείρου θα μυήσουν τα παιδιά στα αθλήματα του κλασικού αθλητισμού μέσα από παιχνίδια με σχοινάκια, εμπόδια και άλλες δραστηριότητες που συνδυάζουν τη χαρά της κίνησης με τη συνεργασία.