**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

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

**ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ & ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΥΓΕΙΑΣ**

**Περιφέρειες Ηπείρου & Ιονίων Νήσων**

Tο Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων ανακοινώνει τις επόμενες δράσεις στην Περιφέρεια Ηπείρου και στην Περιφέρεια Ιονίων Νήσων του προγράμματος **Εθνική Δράση κατά της Παιδικής Παχυσαρκίας – Εργαλειοθήκες «Τροφή για δράση»** που 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.

Αναγνωρίζοντας την πολυπλοκότητα των παραγόντων που οδηγούν στην παιδική παχυσαρκία, την ανάγκη έγκαιρης πρόληψης από τα πρώτα χρόνια ζωής των παιδιών, καθώς και τον κομβικό ρόλο του σχολείου για τη διαμόρφωση των συμπεριφορών υγείας, αναπτύχθηκε το εκπαιδευτικό πρόγραμμα με τίτλο «Τροφή για Δράση», το οποίο αναπτύχθηκε από το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο σε συνεργασία με την UNICEF. Το πρόγραμμα 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. Το υλικό των Εργαλειοθηκών βρίσκεται διαθέσιμο στον παρακάτω σύνδεσμο κατόπιν εγγραφής των ενδιαφερομένων: <https://paxisarkiakaipaidi.gov.gr/ergaleiothikes/>

**Το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, σε συνεργασία με τις Περιφερειακές Διευθύνσεις Εκπαίδευσης Ηπείρου και Ιονίων Νήσων και πλήθος άλλων φορέων,** συντονίζει τις συναφείς δράσεις στην Περιφέρεια Ηπείρου και στην Περιφέρεια Ιονίων Νήσων υλοποιώντας μια σειρά πρωτοβουλιών που στοχεύουν στην ενημέρωση, εκπαίδευση και ευαισθητοποίηση της εκπαιδευτικής και τοπικής κοινότητας. Έχουν ήδη ξεκινήσει εκπαιδευτικά σεμινάρια για συμβούλους εκπαίδευσης και εκπαιδευτικούς που εστιάζουν στην πρόληψη και τη διαχείριση της παιδικής παχυσαρκίας.

Στις **6 Μαΐου 2025 και ώρα 6μμ** στην αίθουσα «K. Κατσάρης» του Μεγάρου της Εταιρείας Ηπειρωτικών Μελετών θα πραγματοποιηθεί υβριδική **εκδήλωση ενημέρωσης για γονείς και φροντιστές.** Η εκδήλωση θα περιλαμβάνει σειρά εισηγήσεων σχετικά με την ανάγκη πρόληψης της παιδικής παχυσαρκίας, τη σημασία της διατροφής και της σωματικής δραστηριότητας και την αποτελεσματικότητα παρεμβάσεων για την πρόληψη της παιδικής παχυσαρκίας στο σχολικό περιβάλλον και στο σπίτι. Θα περιλαμβάνει επίσης περιήγηση στις Εργαλειοθήκες «Τροφή για Δράση» με ακόλουθη συζήτηση με το κοινό και με πρακτικές οδηγίες για τη χρήση των εργαλειοθηκών από γονείς και φροντιστές. Η εκδήλωση τελεί υπό την αιγίδα της Εταιρείας Ηπειρωτικών Μελετών.

Στις **7 Μαϊου 2025 και ώρα 9πμ** στο Συνεδριακό Κέντρο «Παναγιώτης Ν. Σουκάκος» του ΓΑΚ – Ιστορικό Αρχείο Μουσείο Ηπείρου θα πραγματοποιηθεί **Φεστιβάλ Υγείας,** μία ενημερωτική και διαδραστική ημερίδα, ανοιχτή στο κοινό, όπου παιδιά, γονείς, φροντιστές και εκπαιδευτικοί θα έχουν την ευκαιρία να συμμετέχουν σε διαδραστικές δράσεις, ενημερωτικές ομιλίες και αθλητικές δραστηριότητες, ενισχύοντας τη σημασία ενός υγιεινού τρόπου ζωής. Η εκδήλωση τελεί υπό την αιγίδα του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, της Περιφέρειας Ηπείρου, του Δήμου Ιωαννιτών, της Περιφερειακής Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηπείρου, της Περιφερειακής Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ιονίων Νήσων, του ΣΕΓΑΣ, του Ναυτικού Ομίλου Ιωαννίνων, της Ελληνικής Εταιρείας Κοινωνικής Παιδιατρικής και Προαγωγής της Υγείας, και του Πανελλήνιου Συλλόγου Διαιτολόγων – Διατροφολόγων.

Επισυνάπτεται το αναλυτικό πρόγραμμα των εκδηλώσεων.

Και ο σύνδεσμος για την on-lne παρακολούθηση των εκδηλώσεων στον [σύνδεσμο](https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_YTBkOTlkYTEtZWIxNy00OGFkLWJhNzAtZjVmMGNjM2E4MWNh%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%2208bea52a-5ad3-4627-9549-5ff3a65676be%22%2c%22Oid%22%3a%22ffc00db0-c45a-473f-9224-b29a857803e5%22%7d).

*Στοιχεία Επικοινωνίας για το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων:*

*Ευαγγελία Ντζάνη, Καθηγήτρια Ιατρικής, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων - Email:* [*entzani@uoi.gr*](mailto:entzani@uoi.gr)