



ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΑΣΠΙΔΑ.

εθνική δράση
κατά της
παιδικής
παχυσαρκίας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας



για κάθε παιδί

Ελλάδα 2.0
ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΑΝΑΚΑΜΨΗΣ
ΚΑΙ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Με τη χρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU



ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΑΣΠΙΔΑ.

εθνική δράση κατά της παιδικής παχυσαρκίας

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

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

ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΥΓΕΙΑΣ & ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ

Περιφέρεια Ιονίων Νήσων

02 Μαρτίου 2026

Το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων ανακοινώνει τις επόμενες δράσεις 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 **10 Μαρτίου 2026 και ώρα 9:00-12:00 στο “Ναυσιθόειο” Γυμναστήριο Κέρκυρας** 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.

Το απόγευμα της ίδιας μέρας, **Τρίτη 10 Μαρτίου 2026 και ώρα 6:00 - 8:00 μμ**, θα πραγματοποιηθεί στο **Πνευματικό Κέντρο Ιεράς Μητρόπολης Κερκύρας, Παξών & Διαποντίων Νήσων, Κέρκυρα** μία **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.

Οι εκδηλώσεις τελούν **υπό την αιγίδα του** Τμήματος Ιατρικής του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, της Περιφερειακής Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ιονίων Νήσων, της Περιφερειακής Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηπείρου και της Ελληνικής Εταιρείας Κοινωνικής Παιδιατρικής και Προαγωγής της Υγείας.



ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΔΕΠΙΛΑ.

εθνική δράση
κατά της
παιδικής
παχυσαρκίας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας



για κάθε παιδί



Ελλάδα 2.0
ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΑΣΤΑΘΑΝΗΣ
ΚΑΙ ΑΝΕΚΤΥΚΤΗΤΑΣ



Με τη χρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης
NextGenerationEU

Επισυνάπτεται το αναλυτικό πρόγραμμα των εκδηλώσεων.

Στοιχεία Επικοινωνίας για το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων:

Ευαγγελία Ντζάνη, Καθηγήτρια Ιατρικής, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων - Email:
entzani@uoi.gr

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