

Διατροφική αγωγή

Τη Δευτέρα 3/4/2023 πραγματοποιήθηκε στον χώρο του 9ου Γυμνασίου Λάρισας δράση αγωγής υγείας με θέμα: «ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΓΩΓΗ», με εισηγήτρια την κα Τσιώλη Σταυρούλα, Διαιτολόγο του ΠΓΝΛ. Την ενημέρωση, που έγινε στα πλαίσια του σχεδίου δράσης «Ενημερωμένοι μαθητές- Αυριανοί Ενεργοί Πολίτες», παρακολούθησαν μαθητές/τριες της Β' τάξης.

Σκοπός της παρέμβασης ήταν η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση του μαθητικού πληθυσμού σχετικά με τη μεγάλη σημασία και αξία της διατροφικής αγωγής, καθώς είναι γνωστό και επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι η ορθή και ισορροπημένη διατροφή αποτελεί προϋπόθεση για τη σωστή νοητική, πνευματική, σωματική και ψυχική ανάπτυξη των παιδιών. Οι παράγοντες κινδύνου της κακής διατροφής ξεκινούν από την παιδική ηλικία. Η έγκαιρη διατροφική εκπαίδευση και παρέμβαση προλαμβάνει λανθασμένες διατροφικές συμπεριφορές και μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά έτσι ώστε να κάνουν εκείνες τις επιλογές στη ζωή τους που θα προάγουν την υγεία τους και θα προλαμβάνουν τα χρόνια νοσήματα κατά την ενήλικη ζωή τους. Ο χώρος του σχολείου μπορεί να γίνει βασικός άξονας και πυλώνας της διατροφικής εκπαίδευσης των μαθητών και μαθητριών.

Για φωτογραφίες πατήστε >>> [εδώ](#) <<<