



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ
Π. & Δ. ΕΚΠ/ΣΗΣ ΚΡΗΤΗΣ

Κ.Π.Ε. ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ - ΝΕΑΠΟΛΗΣ

Αριθμ. Πρωτ. 6/Φ22
Ιεράπετρα 19/01/2023

Προς: Δ/νσεις Α/θμιας, Β/θμιας, &
υπεύθυνους σχολικών
δραστηριοτήτων όλης της χώρας

Κοιν:

Ταχ. Δ/ση: ΟΔΥΣΣΕΑ ΕΛΥΤΗ
Τ.Κ. 72200 ΙΕΡΑΠΕΤΡΑ
Τηλέφωνο: 28420 – 23103
28420 – 24684
E – mail: mail@kpe-ierap.las.sch.gr
Ιστότοπος: <http://kpe-ierap.las.sch.gr>

ΘΕΜΑ: Πρόσκληση συμμετοχής μαθητικών τμημάτων & ομάδων στη διαδικτυακή δράση με θέμα: «΄΄Μαγειρεύοντας΄΄ τη διατροφή μου. Συζητώντας ΄΄διατροφικά΄΄ με μαθητές Νηπιαγωγείου και πρώτων τάξεων Δημοτικού»

Το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Ιεράπετρας – Νεάπολης Λασιθίου στο πλαίσιο υλοποίησης της Πράξης «ΚΕΝΤΡΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ (ΚΠΕ)-ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ» μέσω του Επιχειρησιακού Προγράμματος «ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ» με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης, στο πλαίσιο του περιφερειακού δικτύου «Διατροφή, περιβάλλον & υγεία», διοργανώνει, διαδικτυακή δράση στην Αειφόρο Εκπαίδευση σε συνεργασία με το **Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο** (Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας), για τους **μαθητές Νηπιαγωγείων και τάξεις Α έως Δ Δημοτικού**, την **Τετάρτη 01 Μαρτίου 2023** και ώρα 10:00 με 11:30, με θέμα:

**«΄΄Μαγειρεύοντας΄΄ τη διατροφή μου.
Συζητώντας ΄΄διατροφικά΄΄ με μαθητές Νηπιαγωγείου και πρώτων τάξεων
Δημοτικού»**

Σκοπός της δράσης είναι να ευαισθητοποιηθούν οι συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί και μαθητές σε θέματα που αφορούν τη **διατροφή μας σε σχέση με την υγεία και το περιβάλλον**. Πιο συγκεκριμένα, στα πλαίσια της δράσης γίνονται συστάσεις για υγιεινή διατροφή και προτάσεις για γρήγορα και υγιεινά σνακ για το σχολείο. Αλλαγή διατροφικών συνηθειών αλλά και την υιοθέτηση μιας καινοτόμας αλλά ταυτόχρονα και βιώσιμης διατροφής για την υγεία μας και το περιβάλλον.

Η δράση θα είναι διάρκειας 90 λεπτών και απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς και μαθητές Νηπιαγωγείων και τάξεις Α΄ έως Δ΄ Δημοτικού όλης της επικράτειας.

Οι αιτήσεις για τη συμμετοχή των μαθητικών τμημάτων μπορούν να γίνουν στον παρακάτω σύνδεσμο μέχρι και την **Τετάρτη 25 Ιανουαρίου 2023**.

<https://forms.gle/DD7jUDv7qBH6uWrL6>

Θα υπάρξει ενημέρωση για το σχετικό σύνδεσμο της πλατφόρμας τηλεδιάσκεψης τη Παρασκευή 24 Φεβρουαρίου 2023 στο προσωπικό mail των εκπαιδευτικών.

Ο Υπεύθυνος του ΚΠΕ Ιεράπετρας - Νεάπολης

Μυλωνάκης Ευστράτιος



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Ακολουθεί το πρόγραμμα της δράσης

| Τετάρτη 01 Μαρτίου 2023 | | |
|--------------------------------|--|--|
| 10:00 - 10:10 | Το ταξίδι των τροφών μας, από το χωράφι στο πιάτο μας. | <i>Δρούγκα Ελισάβετ Τσαντηράκη Σοφία, Ζουρμπάκη Μαγδαληνή, Μυλωνάκης Ευστράτιος & Βουμβουλάκης Χαρίδημος, Π.Ο. Κ.Ε.ΠΕ.Α. Ιεράπετρας Νεάπολης</i> |
| 10:10 - 10:30 | «Υγιεινή διατροφή κατά την παιδική και εφηβική ηλικία» Συστάσεις για υγιεινή διατροφή και προτάσεις για γρήγορα και υγιεινά σνακ για το σχολείο. | <i>Μουρατίδου Θεοδώρα, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια , Σφακιανάκη Ειρήνη, Ε.Τ.Ε.Π. του τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας του ΕΛΜΕΠΑ.</i> |
| 10:30 - 10:40 | Ερωτήσεις – Συζήτηση | |
| 10:40 - 11:00 | Η Κυρά-Διατροφή, πρώτη στη Διατροφή Με παιγνιώδη τρόπο και με τη βοήθεια μιας κούκλας θα συζητήσουμε για την σωστή διατροφή | <i>Λητώ Τσακίρη- Παπαθανασίου, παιδαγωγός-συγγραφέας..</i> |
| 11:00 - 11:20 | Μαγειρεύουμε υγιεινά στην παιδική ηλικία Υγιεινές συνταγές για μικρά παιδιά | <i>Δήμητρα Τσαλκτζή, Δασκάλα</i> |
| 11:20 - 11:30 | Ερωτήσεις – Συζήτηση | |
| 11:30 | Λήξη δράσης | |