



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Παιδείας  
και Θρησκευμάτων



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

**Κ.Π.Ε. ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ - ΝΕΑΠΟΛΗΣ**

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

Αριθμ. Πρωτ. 5/Φ22  
Ιεράπετρα 19/01/2023

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

Κοιν: ΠΔΕ όλης της Χώρας δια μέσου της ΠΔΕ  
Κρήτης, Συντονίστρια εκ/σης για την  
αιφορία Κρήτης. ΙΝΕΔΙΒΙΜ

ΘΕΜΑ: Πρόσκληση συμμετοχής μαθητικών τμημάτων & ομάδων στη διαδικτυακή  
δράση με θέμα: «**Μαθαίνω για τη διατροφή στη σχολική ηλικία**»

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 Ε & ΣΤ Δημοτικού & όλων των τάξεων Γυμνασίων & Λυκείων**, την **Τρίτη 28 Φεβρουαρίου 2023** και ώρα 10:00 με 11:10, με θέμα:

### «Μαθαίνω για τη διατροφή στη σχολική ηλικία»

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 70 λεπτών και απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς και μαθητές Ε, ΣΤ Δημοτικού αλλά και Γυμνασίων & Λυκείων 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/SaZS2TLqogwSPyyy9>

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**

Ακολουθεί το πρόγραμμα της δράσης



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



<b>Τρίτη 28 Φεβρουαρίου 2023</b>		
10:00 - 10:10	<b>Πόσο επηρεάζουν οι διατροφικές συνήθειες της εποχής μας το περιβάλλον.</b>	<i>Δρούγκα Ελισάβετ, Τσαντηράκη Σοφία, Ζουρμπάκη Μαγδαληνή, Μυλωνάκης Ευστράτιος &amp; Βουμβουλάκης Χαρίδημος, Π.Ο. Κ.Ε.Π.Ε.Α. Ιεράπετρας Νεάπολης</i>
10:10 - 10:30	<b>«Υγιεινή διατροφή κατά την παιδική και εφηβική ηλικία»</b> Συστάσεις για υγιεινή διατροφή και προτάσεις για γρήγορα και υγιεινά σνακ για το σχολείο.	<i>Θεοδώρα Μουρατίδου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Ειρήνη Σφακιανάκη, Ε.Τ.Ε.Π. του τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας του ΕΛΜΕΠΑ.</i>
10:30 - 10:40	<b>Ερωτήσεις – Συζήτηση</b>	
10:40 - 11:00	<b>«Ισορροπημένη διατροφή σε παιδιά και εφήβους»</b>	<i>Έφη Ταβλαδάκη, επιστημονικός συνεργάτης του τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας του ΕΛΜΕΠΑ. Εντατικολόγος, Παιδίατρος.</i>
11:00 - 11:10	<b>Ερωτήσεις – Συζήτηση</b>	
11:10	<b>Λήξη δράσης</b>	