



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
ΔΗΜΟΣ ΖΩΓΡΑΦΟΥ  
Δ/ΝΣΗ ΒΡΕΦΙΚΩΝ - ΠΑΙΔΙΚΩΝ  
ΣΤΑΘΜΩΝ & ΚΔΑΠ

## Α Ν Α Κ Ο Ι Ν Ω Σ Η

**ΘΕΜΑ: “Πρόγραμμα προαγωγής της υγείας για τον υγιεινό τρόπο ζωής, την ανάπτυξη των παιδιών και την εκπαίδευση γονέων και προσωπικού των Βρεφονηπιακών Σταθμών”**

Ο Δήμος Ζωγράφου ξεκινά την υλοποίηση προγράμματος προαγωγής της Υγείας για τον υγιεινό τρόπο ζωής, την ανάπτυξη των παιδιών και την εκπαίδευση γονέων και προσωπικού των Βρεφονηπιακών Σταθμών μας.

Στόχος είναι η βελτίωση των διατροφικών συνθηκών και η υιοθέτηση συμπεριφορών υγείας. Η αγωγή υγείας είναι το μέσο που βοηθά κάθε παιδί να αποκτήσει αντίληψη και γνώση του εαυτού του και του σώματός του στην αντίστοιχη αναπτυξιακή ηλικία. Μέσα από βιωματικές δράσεις με διασκεδαστικό τρόπο εκπαιδεύονται τα παιδιά, οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί, ώστε να παίρνουν συνειδητά αποφάσεις που βελτιώνουν και προστατεύουν την υγεία τους.

Η επιστημονική ομάδα που θα υλοποιήσει το πρόγραμμα έχει οργανώσει πολυεπίπεδες δράσεις τόσο για γονείς, παιδιά και εκπαιδευτικούς. Συγκεκριμένα, για τους γονείς θα πραγματοποιηθούν εκπαιδευτικά σεμινάρια με την κάτωθι σειρά:

- 1. Πώς να φτιάξετε γερό ανοσοποιητικό για το παιδί σας.**
- 2. Προγραμματισμός διατροφής – Διατροφική αγωγή.**
- 3. Διαχείριση στρες.**

Επίσης, θα πραγματοποιηθούν τρεις (3) ομιλίες προς τους γονείς με την κάτωθι θεματολογία:

- 1. Ανάπτυξη λόγου και ομιλίας στις ηλικίες 3-5 ετών.**
- 2. Πότε και ποιες ενδείξεις μας κάνουν να ανησυχούμε για τη γλωσσική ανάπτυξη του παιδιού μας & διαταραχές λόγου και ομιλίας στην προσχολική ηλικία.**
- 3. Πως ενισχύω τη γλωσσική ανάπτυξη του παιδιού μου στις ηλικίες 2-5 ετών.**

Η έναρξη υλοποίησης του Προγράμματος για τους γονείς είναι την **Δευτέρα 31-05-2021** στις **07:00 μ.μ.**, με ομιλήτρια την Δρ. Άννα Παπαγεωργίου, Κλινική Διαιτολόγος και Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής.

Για να παρακολουθήσετε τη δράση ακολουθείστε τον κάτωθι σύνδεσμο, για να βρείτε το link που θα συνδεθείτε:

<https://toddlers-world.gr/>.