

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΣΤΑΜΑΤΑΣ

Πρόγραμμα
Food4Inclusion

Let's

GO!

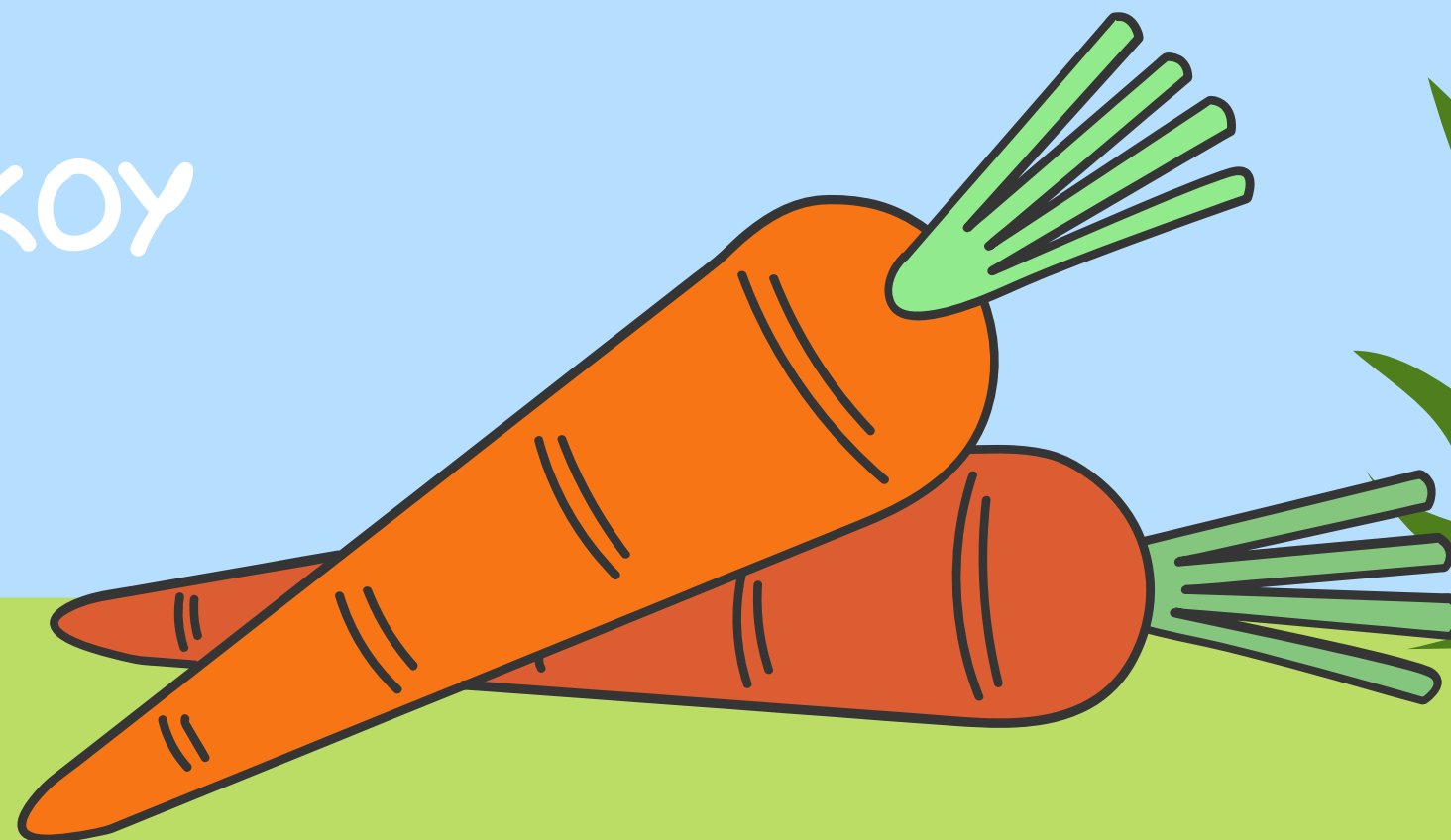


ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΕΣ ΤΑΞΕΙΣ

Α ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Β ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Γ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ



ΣΥΝΕΡΓ ΑΣΟΜΕΝΟΙ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ

Μάτσια Ρόζα (Διευθύντρια)

Ζωή Τσαμουρτζή

Έφη Κώνστα

Θωμάς Μαλάμος

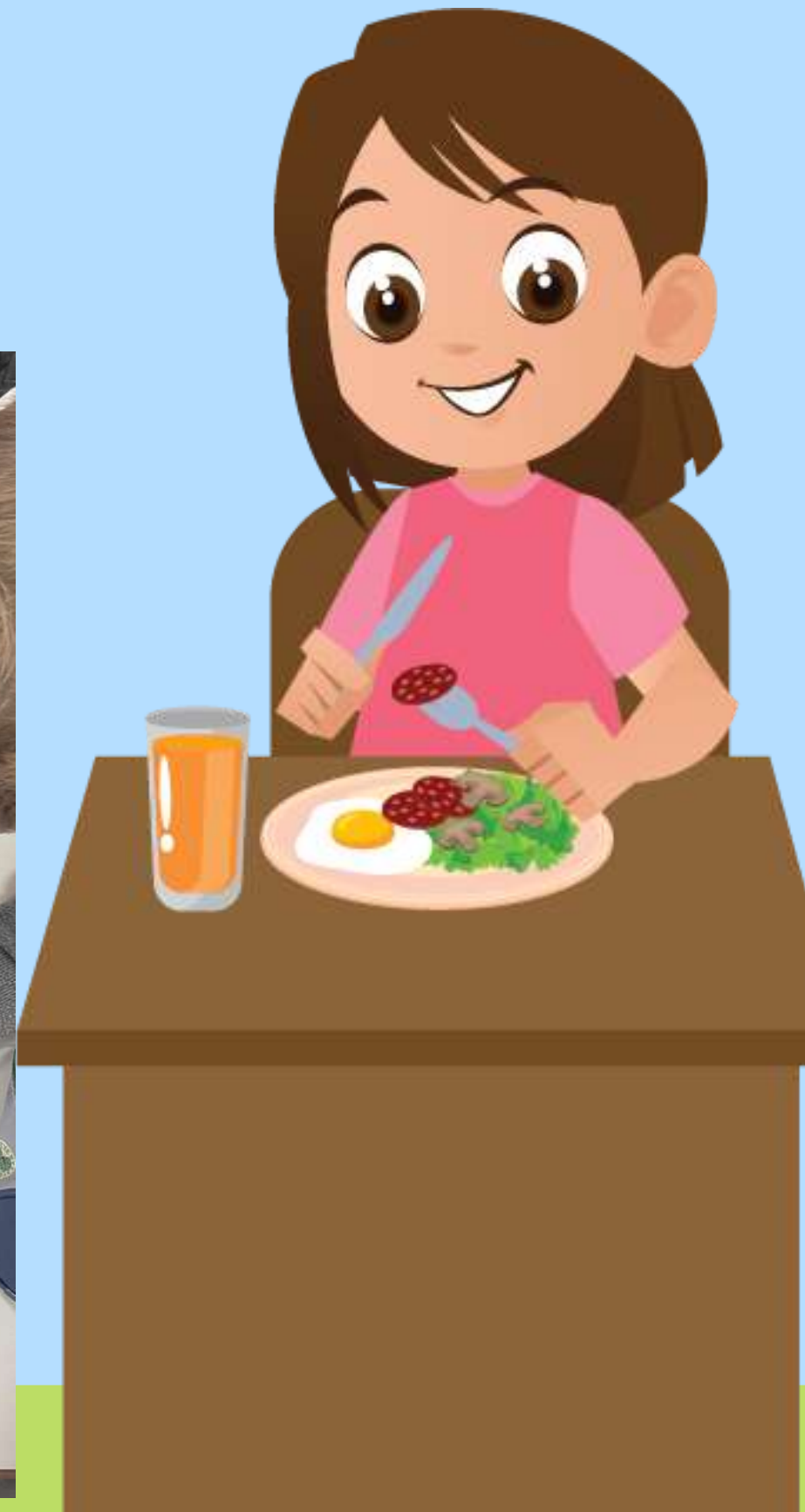


ΣΤΟΧΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

η ευαισθητοποίηση των
μαθητών στην υγιεινή διατροφή
και στην αποφυγή ανθυγιεινών
τρόπων ζωής



ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΑΘΑΙΝΟΥΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ



ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΑΘΑΙΝΟΥΝ ΤΗΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΥΡΑΜΙΔΑ



ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΕΞΑΣΚΟΥΝΤΑΙ



ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΑΘΑΙΝΟΥΝ ΜΕ ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΤΡΟΠΟ



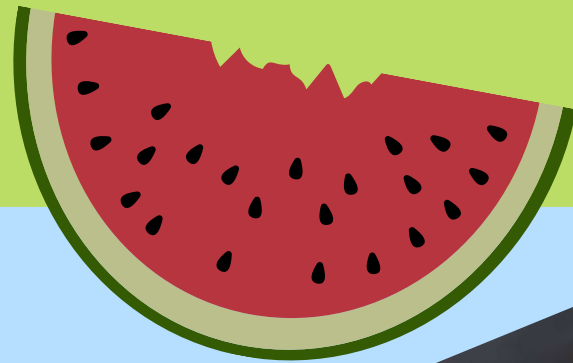
ΤΙ ΚΡΥΒΕΤΑΙ ΣΤΙΣ
ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ????



οι μαθητές βιώνουν την υγιεινή διατροφή μέσα από εργαστήρια



ΗΜΕΡΑ ΥΓΙΕΝΟΥ ΠΡΟΙΝΟΥ



ΥΓΙΕΝΟ ΠΡΩΙΝΟ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ !!!!!



ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΖΟΥΝΕ ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ



ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΖΟΥΝΕ ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ



FOOD



EAT
healthy



Food workshops





healthy food workshops



ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ



ΟΜΑΔΟΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΑ
ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

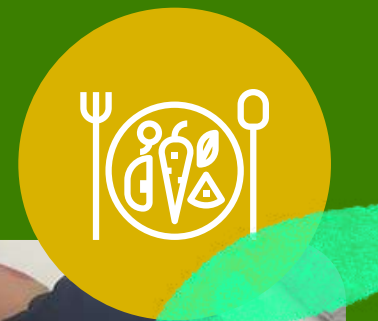


ΔΙΑΔΡΑΣΗ
ΜΕ ΣΤΟΧΟ ΤΗΝ
ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ

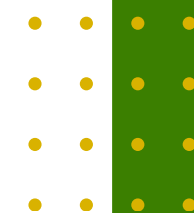


Healthy Food

Healthy Food, Healthy Life

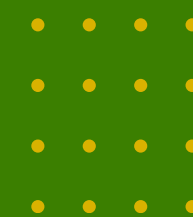


[Read More...](#)



Healthy Food

ΜΟΝΟ ΥΓΙΕΙΝΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ



Healthy Food

ΤΑ ΥΓΙΕΙΝΑ ΦΑΓΗΤΤΑ
ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΝΟΣΤΙΜΑ



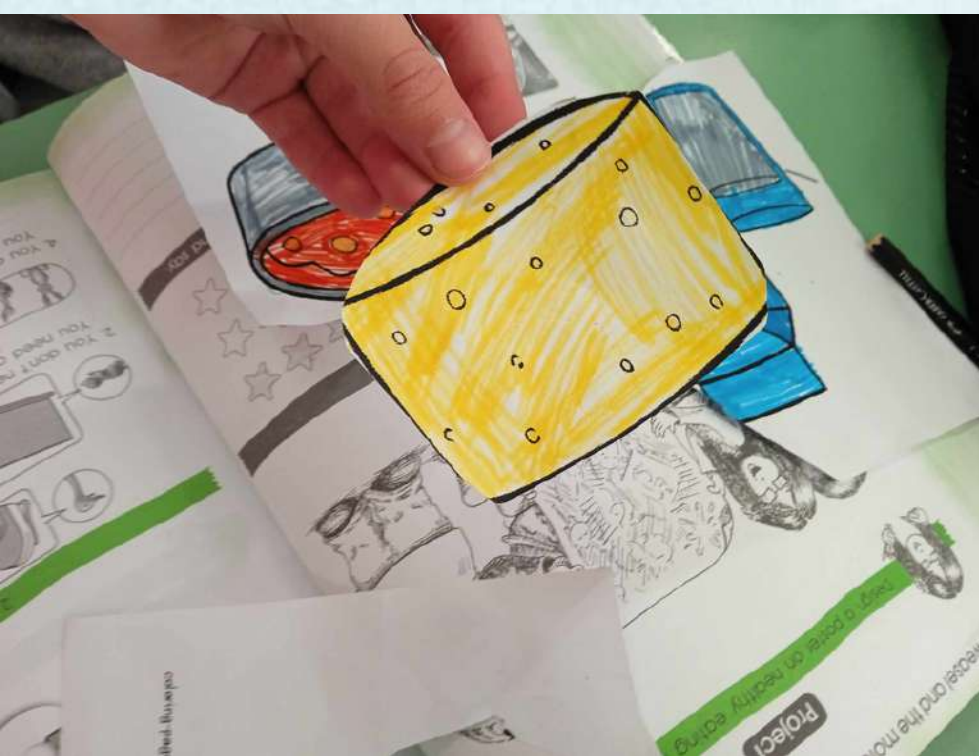
ΚΑΙ ΤΟ ΜΑΘΑΙΝΟΥΜΕ
ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ



Healthy Food

Cooking Easy





ΜΑΘΑΙΝΟΥΜΕ ΜΑΖΙ

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ
ΣΤΑΜΑΤΑΣ



Η ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΕΙΝΑΙ ΥΓΕΙΑ



ΤΕΛΕΙΑΑΑΑ!!!



ΤΡΩΜΕ



ΖΟΥΜΕ



ΜΕΝΟΥΜΕ ΥΓΙΕΙΣ





ΜΟΙΡΑΖΟΜΑΣΤΕ ΤΗΝ ΓΝΩΣΗ



ΜΕ ΤΟΥΣ ΣΥΜΜΑΘΗΤΕΣ ΜΑΣ ΜΕ
ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ





ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΜΑΣΤΕ
ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΤΙΚΕΤΕΣ
ΤΡΟΦΙΜΩΝ



Fat	Sugar	Salt
Over 20g	Over 15g	Over 1.5g
Between 3g & 20g	Between 5g & 15g	Between 0.3g & 1.5g
3g and below	5g and below	0.3g and below

FOOD LABELS

Remember: To eat healthily, we need to know how much fat, sugar, and salt is in our food.

Content per 100g

What is **HIGH** per 100g

What is **MEDIUM** per 100g

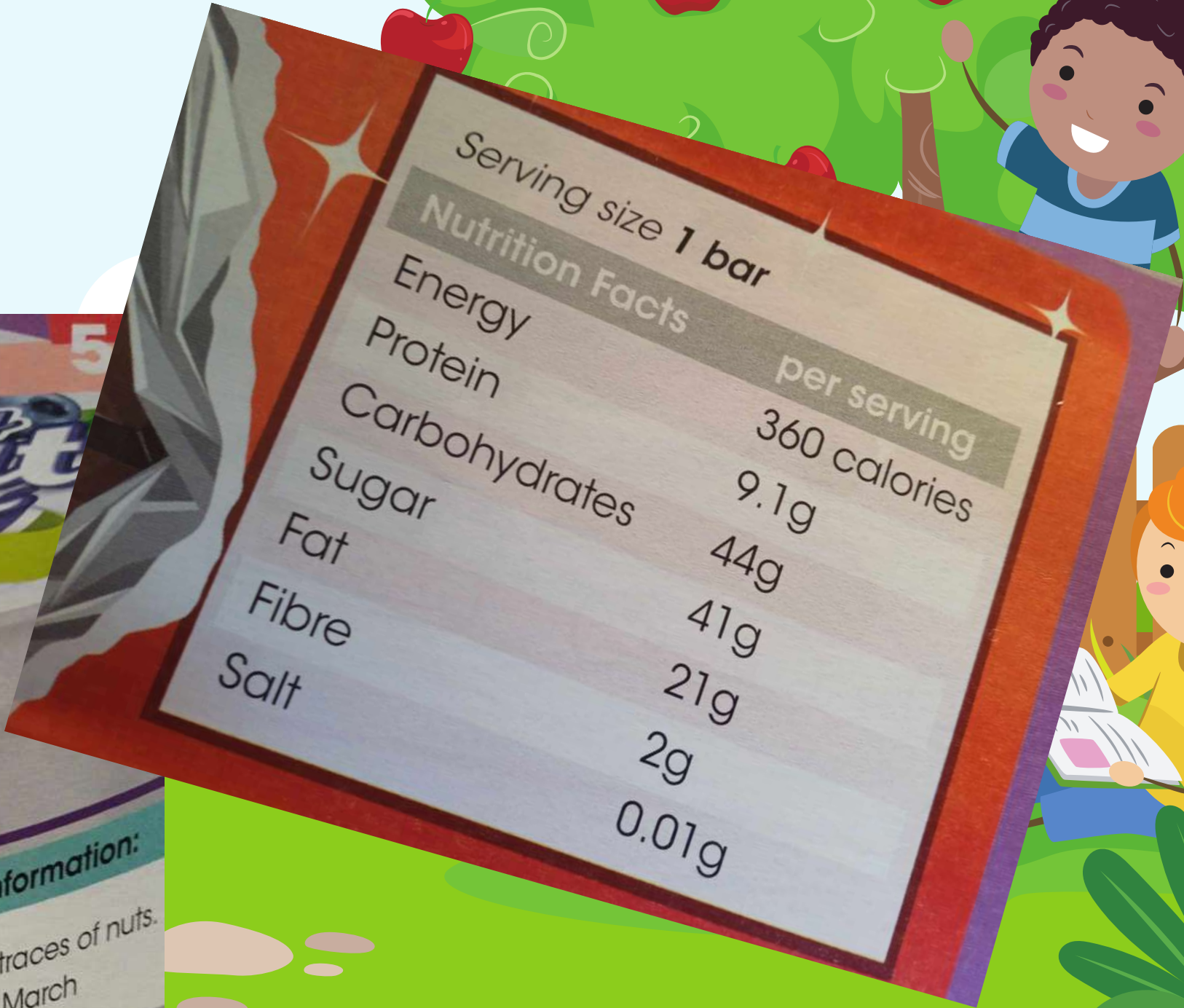
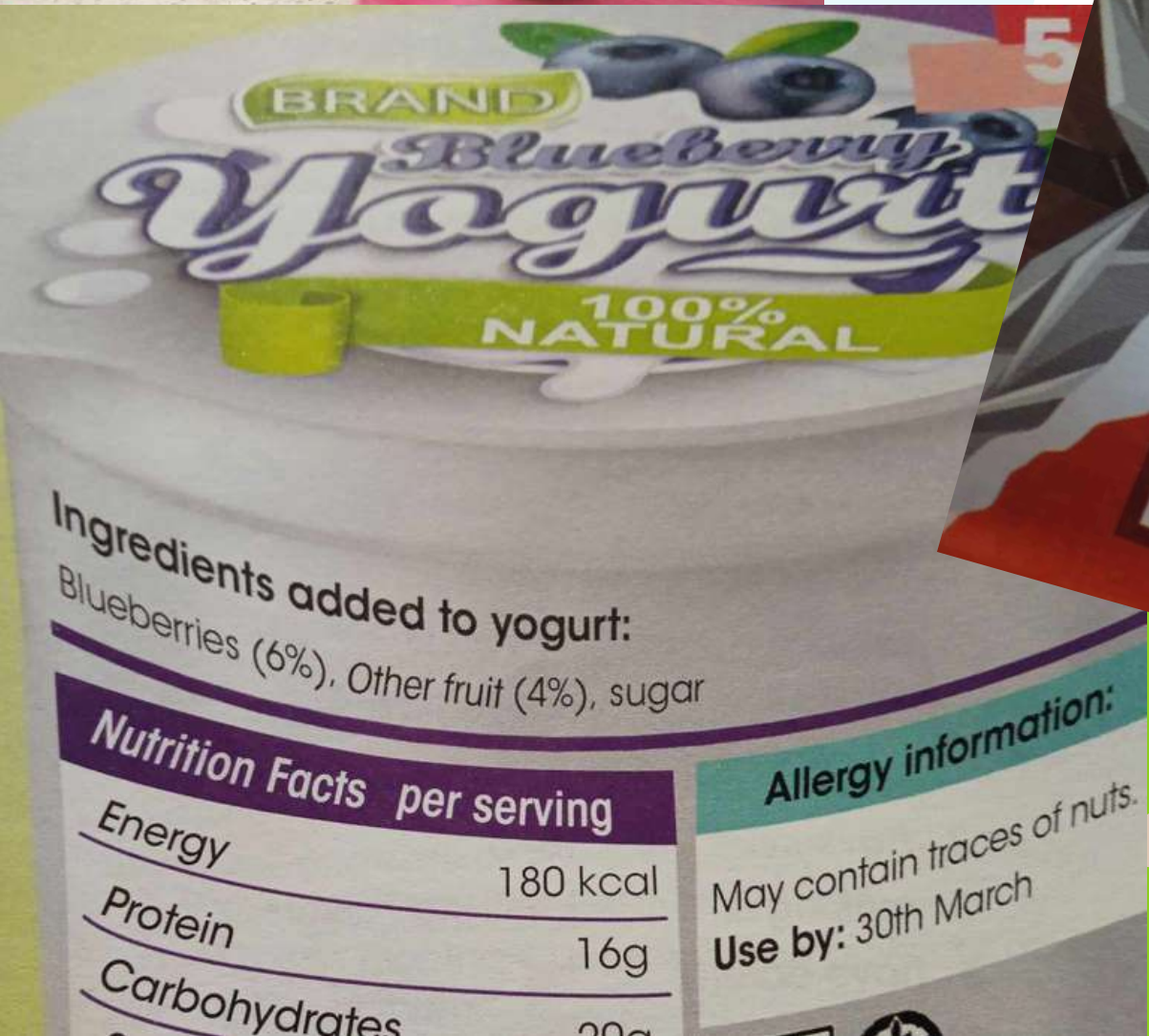
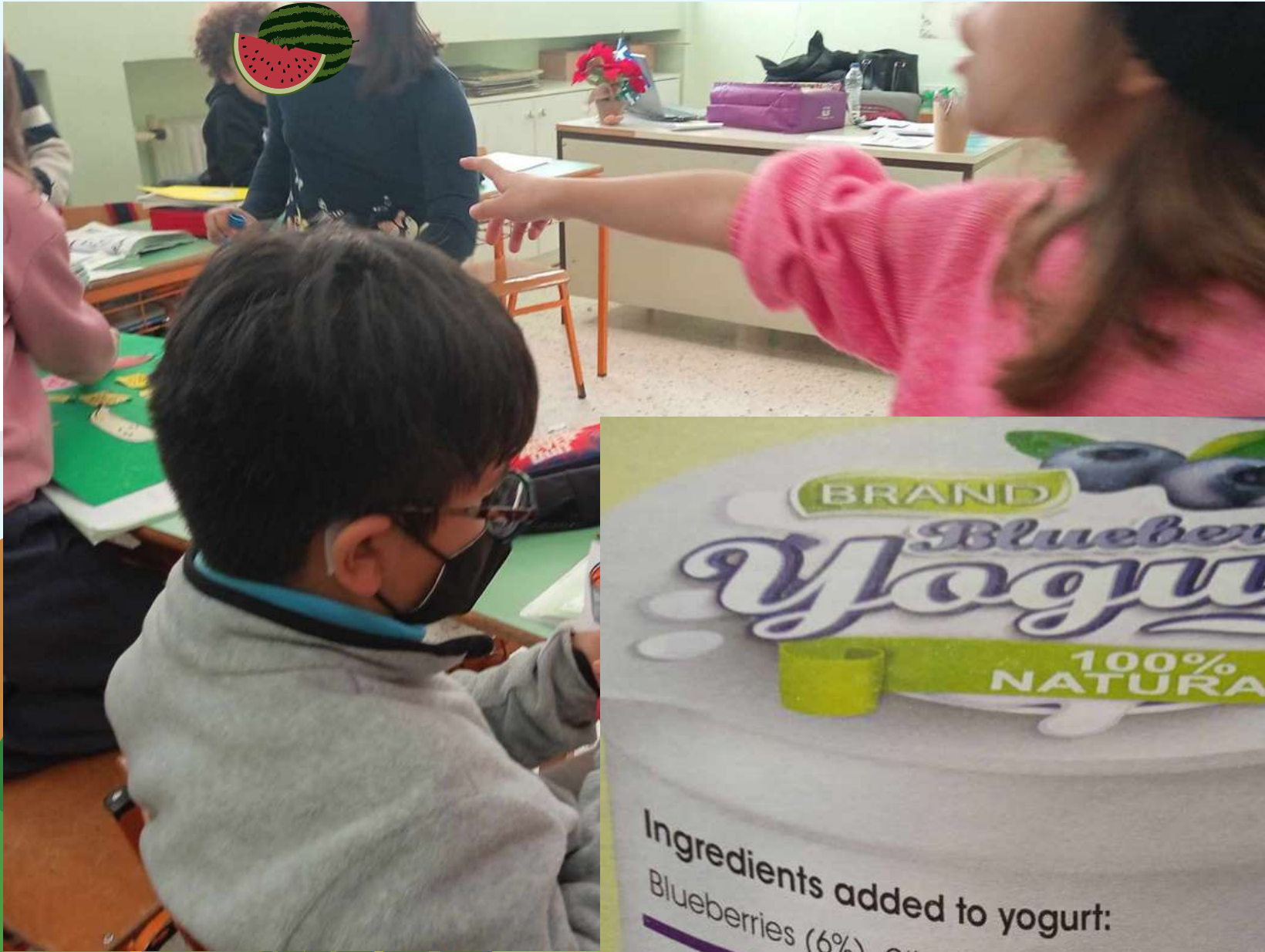
What is **LOW** per 100g

Tomato KETCHUP
300 ml

Fat	Sugar	Salt
Over 20g	Over 15g	Over 1.5g
Between 3g & 20g	Between 5g & 15g	Between 0.3g & 1.5g
3g and below	5g and below	0.3g and below

FOOD LABELS

ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ



ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ



ΟΜΑΔΟΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ



ΟΜΑΔΟΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ





Thank you!

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗ
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΣΧΟΛΕΙΟ
ΣΤΑΜΑΤΑΣ