



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΣΑΜΟΥ
ΔΗΜΟΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΗΜΑΡΧΟΥ**

Πλατεία Βαλασκατζή
Νέο Καρλόβασι Σάμου
Τ.Κ.: 83200
Τηλ: 22733-50866
E-mail: mayors@mwsamos.gr

Καρλόβασι, 27.11.2025

ΠΡΟΣ: Μ.Μ.Ε.

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ: ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΥΓΕΙΑΣ – «ΤΡΟΦΗ ΓΙΑ ΔΡΑΣΗ» ΣΤΟΝ ΔΗΜΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ



Με αφορμή τη Διεθνή Ημέρα Δικαιωμάτων του Παιδιού και στο πλαίσιο της Εθνικής Δράσης κατά της Παιδικής Παχυσαρκίας, πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία στη Δυτική Σάμο το Φεστιβάλ Υγείας – “Τροφή για Δράση”, μια ημέρα αφιερωμένη στα παιδιά, στη διατροφή, στην κίνηση και στη χαρά της συμμετοχής.

Στο φεστιβάλ παρευρέθηκαν ο Δήμαρχος Δυτικής Σάμου κ. Θεμιστοκλής Παπαθεοφάνους, η Αντιδήμαρχος κα Αγγέλα Χατζίνη, η Εντεταλμένη Σύμβουλος Υγείας Παιδιάτρος κα Δήμητρα Λάμπρου, ο Διευθυντής του Γυμνασίου Μαραθοκάμπου Γεώργιος Πάτσης, ο Διευθυντής του Λυκείου Μαραθοκάμπου κ. Ιωάννης Σοφούλης και η Διευθύντρια του Δημοτικού Μαραθοκάμπου κα Νίκη Γεωργούλη. Από το Πανεπιστήμιο Αιγαίου παρευρέθηκαν οι καθηγήτριες Ελισσάβετ Βαλάνου και Βασιλική Μπουντζιούκα, οι οποίες απηύθυναν σύντομο χαιρετισμό και καλωσόρισαν τους συμμετέχοντες. Μαζί τους ήταν και οι φοιτητές Σοφία Δημοπούλου και Θάνος Μάρκου που συνέβαλαν στις μαθητικές δραστηριότητες. Από την ΠΟΔ Βορείου Αιγαίου η Στέλλα Σακελλάρη είχε την εποπτεία, τον συντονισμό και την οργάνωση των εκδηλώσεων.

Το Γυμνάσιο Μαραθοκάμπου το πρωί κήρυξε την έναρξη του Φεστιβάλ Υγείας με το σύνθημα “για τα παιδιά γινόμαστε ασπίδα”. Συμμετείχε το Γυμνάσιο, το Λύκειο και οι δυο τελευταίες τάξεις του Δημοτικού. Η Αντιδήμαρχος κα Αγγέλα Χατζίνη απηύθυνε έναν σύντομο χαιρετισμό και ο Γυμνασιάρχης Γεώργιος Πάτσης χαιρέτισε και καλωσόρισε τα 105 παιδιά. Οι υπεύθυνες του προγράμματος κυρίες Σίλα Μπουντζιούκα και Ελισσάβη Βαλάνου παρουσιάστηκαν και ξεκίνησαν κάνοντας μια διαδραστική συζήτηση με τους μαθητές και τις μαθήτριες με θέμα τους *τέσσερις πυλώνες της υγιεινής διατροφής & τη σημασία της άσκησης*. Στη συνέχεια, οι μαθητές και μαθήτριες χωρίστηκαν σε ομάδες και συμμετείχαν σε σταθμούς με πρωτότυπες αλλά και κλασσικές δραστηριότητες όπως Διατροφικό Κουίζ – “Πες το... διατροφικά σωστά!”, Χορός “Κάνε ό,τι κάνω”, Διελκυστίνδα, Χούλα Χουπ αλλιώς, Μπόουλινγκ, Ρίξε και Βρες, εφημεριδομαζέματα, “Βρες το Στόχο” παιχνίδι με κρίκους, Μπασκετομπόλ “Χτύπα τον Σάκο – Βάλε καλάθι”. Στη συνέχεια, πραγματοποιήθηκε το Βιωματικό Εργαστήριο «Φτιάξε το Δικό σου Υγιεινό Σνακ» κατά το οποίο παρασκευάστηκαν υγιεινές επιλογές σνακ και προσφέρθηκαν σε όλα τα παιδιά. Στο τέλος, δόθηκαν αναμνηστικά δώρα, φρούτα, αποξηραμένα τοπικά φρούτα, νερό, καθώς και έντυπο ενημερωτικό υλικό.

Το Φεστιβάλ Υγείας μέσω αυτών των στοχευμένων δραστηριοτήτων, αποτέλεσε ένα ζωντανό παράδειγμα συμπερίληψης, καθώς μαθητές και μαθήτριες διαφορετικών ηλικιακών ομάδων και δυνατοτήτων συνεργάστηκαν, έπαιξαν και συμμετείχαν ισότιμα, αναδεικνύοντας τη δύναμη της ομαδικότητας. Η κοινή δράση ενίσχυσε το αίσθημα αποδοχής και υποστήριξης και έδωσε χώρο σε κάθε παιδί να νιώσει ενεργό μέλος μιας ομάδας.

Το απόγευμα στην Αίθουσα Τελωνείου στο Λιμάνι Καρλοβασίου πραγματοποιήθηκε εκπαιδευτικό εργαστήριο για γονείς και φροντιστές για τις εργαλειοθήκες «Τροφή για Δράση». Χαιρετισμό απηύθυνε ο Δήμαρχος Δυτικής Σάμου κ. Θεμιστοκλής Παπαθεοφάνους, ο οποίος τόνισε τη σημασία της ενημέρωσης των οικογενειών και της προαγωγής της υγείας μέσα από την πρόληψη. Η Βασιλική Μπουντζιούκα μίλησε για την παιδική παχυσαρκία και την κατάσταση σήμερα, η Παιδιάτρος Δήμητρα Λάμπρου για τις διατροφικές ανάγκες των παιδιών και των εφήβων, η Στέλλα Σακελλάρη για τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές που σχετίζονται με το βάρος παιδιών και εφήβων, μέσα και έξω από την τάξη, η Ελισσάβη Βαλάνου για συμπεριφορές που μπορεί να αλλάξει κανείς με ευκολία και η Ελένη Καραγιαννάκη εξέθεσε τα βήματα για να επιτευχθεί η αλλαγή συμπεριφοράς. Παρουσιάστηκαν οι εργαλειοθήκες της πλατφόρμας του προγράμματος και έγινε ενημέρωση για την τηλεσυμβουλευτική και των δωρεάν συνεδριών σε ανήλικους με παχυσαρκία. Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης προσφέρθηκαν κεράσματα από την Κοσμητεία της Πολυτεχνικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αιγαίου, ενώ δόθηκε στους συμμετέχοντες έντυπο ενημερωτικό υλικό με πρακτικές, γρήγορες συμβουλές για υγιεινά ενδιάμεσα γεύματα και άλλες διατροφικές συμβουλές.

Η ουσιαστική ευαισθητοποίηση γονέων, παππούδων, γιαγιάδων και γενικά της τοπικής κοινότητας, αναδεικνύει τη σημασία της πρόληψης, της σωστής διατροφής και της έγκαιρης αναγνώρισης συμπεριφορών που σχετίζονται με το βάρος των παιδιών. Η δράση ενίσχυσε την οικογενειακή υποστήριξη, την καλλιέργεια υγιών συνηθειών και τη συνεργασία σχολείου–γονέα προς όφελος της παιδικής υγείας.

Οι δράσεις συνδιοργανώθηκαν από το Πανεπιστήμιο Αιγαίου, τον Τακτικό Επόπτη Ποιότητας Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης κ. Κωστούδη Κωνσταντίνο, το Γυμνάσιο Μαραθοκάμπου και τον Δήμο Δυτικής Σάμου.

Ευχαριστούμε θερμά τους μαθητές και τις μαθήτριες του Γυμνασίου, Λυκείου και Δημοτικού Μαραθοκάμπου, καθώς και όλους τους εκπαιδευτικούς, για τη συμμετοχή τους και την υποστήριξή του Φεστιβάλ. Την επιστημονική ομάδα του Πανεπιστημίου Αιγαίου με υπεύθυνες του προγράμματος τις Σίλα Μπουντζιούκα και Ελισσάβετ Βαλάνου. Το Γυμνάσιο Μαραθοκάμπου για τη διοργάνωση και φιλοξενία του Φεστιβάλ. Την Μαθηματικό-Ειδική Παιδαγωγό Στέλλα Σακελλάρη, εκπαιδευτικό του Γυμνασίου Μαραθοκάμπου, για την πρωτοβουλία, τη διοργάνωση και την καθοριστική συμβολή της, στη διάχυση του προγράμματος για την πρόληψη της παιδικής παχυσαρκίας. Τον Αντιδήμαρχο Καθημερινότητας κ. Νικολού Μανώλη, τον Εντεταλμένο Σύμβουλο Πολιτισμού κ. Θρασυβούλου Δημήτρη για την καθοριστική βοήθεια τους για την υλοποίηση της εκδήλωσης. Το Λύκειο Καρλοβάσιου για την προσφορά της μικροφωνικής. Τον Δήμο Δυτικής Σάμου και την Κοσμητεία της Πολυτεχνικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αιγαίου για τα κεράσματα. Όλους τους γονείς που συμμετείχαν και όλους όσοι συνέβαλαν εθελοντικά στην επιτυχία του Φεστιβάλ.

Η Εθνική Δράση για την αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας αποτελεί το πρώτο ολοκληρωμένο πρόγραμμα με στόχο την πρόληψη και την καταπολέμηση της, μέσω της προώθησης και υιοθέτησης υγιεινών διατροφικών συνηθειών και σωματικής άσκησης. Το Πρόγραμμα υλοποιείται από το Υπουργείο Υγείας σε συνεργασία με τη UNICEF στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας Ελλάδα 2.0 με την χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης – NextGenerationEU. Στο πρόγραμμα συμμετέχουν ακαδημαϊκοί, δάσκαλοι, καθηγητές, επαγγελματίες υγείας, παιδιάτροι, διαιτολόγοι, διακεκριμένοι σεφ, γονείς και παιδιά, αθλητικά σωματεία, τοπικοί φορείς και κοινότητες. Είναι το πρώτο πρόγραμμα που υλοποιείται σε όλη την επικράτεια, καλύπτοντας τις ανάγκες των παιδιών ηλικίας 0-17 ετών και των οικογενειών τους, σε επίπεδο πρωτοβάθμιας, δευτεροβάθμιας και τριτοβάθμιας πρόληψης.

Μάθετε περισσότερα στο paxisarkiakapaidi.gov.gr

Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ

ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ ΠΑΠΑΘΕΟΦΑΝΟΥΣ

