

# ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

## Διοργάνωση ημερίδας στο 1<sup>ο</sup> Πειραματικό ΓΕΛ Καρδίτσας



Στο 1<sup>ο</sup> Πειραματικό ΓΕΛ Καρδίτσας, ο Όμιλος «**Διατροφής και Υγείας**», με υπεύθυνες τις καθηγήτριες του σχολείου, κα Παπακώστα Σοφία, Βιολόγο, και κα Χαρσούλα Αθηνά, Φυσικό, πραγματοποίησε την Τρίτη 14 Μαΐου 2024, **ημερίδα με θέμα: «Διατροφή & Υγεία των εφήβων»**



Στην ημερίδα προσκεκλημένοι ομιλητές ήταν:

- Ο κ. **Παναγιώτης Βαραγιάννης**, κλινικός Διαιτολόγος - Διατροφολόγος, διδάσκων στο Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, που με εμπειριστατωμένη παρουσίαση ανέλυσε τις σωστές διατροφικές συνήθειες που πρέπει να έχουν οι έφηβοι για να εξασφαλίσουν τη σωματική τους υγεία καθώς και τους κινδύνους που παραμονεύουν από την κατανάλωση ορισμένων τροφίμων-ποτών.

- Η κ<sup>α</sup> **Τίγκα Ελευθερία**, Ψυχολόγος του Σχολείου, που ανέλυσε τις επιδράσεις της ψυχολογίας των εφήβων στη διατροφή τους καθώς και τις συνέπειες της όπως παχυσαρκία, ανορεξία, βουλιμία κ.λπ.



Ευχαριστούμε θερμά τον Πρόεδρο του τμήματος Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής, κ. Γιαβάση Ιωάννη, για την άριστη συνεργασία του Τμήματος με το σχολείο, τους ομιλητές για την άριστη επιστημονική γνώση που πρόσφεραν στους μαθητές και μαθήτριες του σχολείου και τους μαθητές και μαθήτριες του ομίλου για την ενεργό συμμετοχή τους στις συναντήσεις και δραστηριότητές του.