



Σήμερα, Δευτέρα, 9 Μαρτίου 2026, το σχολείο μας είχε τη χαρά να φιλοξενήσει την βιωματική παράσταση «Διατροφογυμναστείτε», με την κλινική διατροφολόγο κ. Χριστίνα Παπαδοπούλου Φεσά.



Μέσα από ένα διαδραστικό και ευχάριστο πρόγραμμα, τα παιδιά συμμετείχαν ενεργά σε δραστηριότητες που συνδύαζαν τη γνώση με το παιχνίδι.

Με απλό και κατανοητό τρόπο,
ενημερώθηκαν για τη
σημασία της υγιεινής
και ισορροπημένης διατροφής,
τη θρεπτική αξία των τροφών
και τα οφέλη
της καθημερινής άσκησης
για το σώμα και την υγεία τους.



Η δράση αυτή αποτέλεσε
μια πολύτιμη ευκαιρία
για τα παιδιά
να κατανοήσουν
ότι η σωστή διατροφή
και η άσκηση
είναι βασικά στοιχεία
για έναν υγιή τρόπο ζωής.

