

ΔΥΝΑΤΟΙ ΕΦΗΒΟΙ – ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ

Ημερίδα για την Εφηβική Υγεία

Ημερομηνία: **06-03-2026**

Ώρα Έναρξης: **18:00**

Χώρος: **Κέντρο Ψηφιακής Προβολής της Ιστορίας και του Πολιτισμού των Μετεώρων, Καλαμπάκα**

Το **Κέντρο Υγείας Καλαμπάκας**, σε συνεργασία με τον **Δήμο Μετεώρων**, διοργανώνει ενημερωτική ημερίδα με στόχο την ευαισθητοποίηση γονέων και μαθητών γύρω από σύγχρονες συνήθειες που επηρεάζουν άμεσα την υγεία και την ανάπτυξη των εφήβων.

Η εκδήλωση προσφέρει έγκυρη επιστημονική ενημέρωση, πρακτικές συμβουλές και ουσιαστικό διάλογο για ζητήματα που απασχολούν τη σύγχρονη οικογένεια και τη μαθητική κοινότητα.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ

18:00 – Προσέλευση

18:15 – Έναρξη Εκδήλωσης – Χαιρετισμοί

Σερέτης Φώτης

Διοικητής 5ης Υγειονομικής Περιφέρειας Θεσσαλίας & Στερεάς Ελλάδας

Αβραμόπουλος Ελευθέριος

Δήμαρχος Δήμου Μετεώρων

Εναρκτήρια Ομιλία

18:30 – « Μέσα κοινωνικής δικτύωσης - Απαγόρευση και Εφηβεία »

Παπαστεργίου Δημήτριος

Υπουργός Ψηφιακής Διακυβέρνησης

Ομιλίες

18:40 – «Καπνικά Προϊόντα στην Εφηβεία»

Γκέτση Βασιλική

Παιδίατρος-Παιδοπνευμονολόγος Διευθύντρια Παιδιατρικού Τμήματος
Γ.Ν. Ιωαννίνων «Γ. Χατζηκώστα»

19:00 – «Ενεργειακά Ποτά στην Εφηβεία»

Καλλιόπη Γεωργακούλη

Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα Διαιτολογίας & Διατροφολογίας
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

19:20 – «Άσκηση και υγεία στις αναπτυξιακές ηλικίες»

Δρ. Γερόδημος Βασίλειος –Καθηγητής Προπονητικής, ΤΕΦΑΑ

Δρ.Μπατατόλης Χρήστος - Μέλος Εργαστηρίου προπονητικής
ΤΕΦΑΑ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

19:40 – «Χαρακτηριστικά της Γενιάς Α – Συζήτηση - Συμπεράσματα»

Παπαχρήστου Χρύσα

Συντονίστρια Διευθύντρια Επιστημονικής Λειτουργίας
Κέντρου Υγείας Καλαμπάκας

19:50 – «6η Μαρτίου : Πανελλήνια Ημέρα κατά της Σχολικής Βίας και του

εκφοβισμού (*bullying*)

Οπτικοακουστικό Υλικό

Συντονισμός Εκδήλωσης : **Χρύσα Παπαχρήστου**

Σας περιμένουμε όλους!