



ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΤΗΣ Α
ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΣΟΦΙΑ ΛΙΑΜΠΟΤΗ ΒΙΟΛΟΓΟΣ

ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ Σ

Οι μαθητές της Α Γυμνασίου στο πλαίσιο του προγράμματος SALL “Διατροφή Εφήβων” πραγματοποίησαν στις 08 Μαρτίου 2023 το βιωματικό εργαστήριο **“Τρώω Σωστά είμαι Υγιής”**, στο Κέντρο “Δρω” στην Ν Κηφισιά



Με διαδραστικό τρόπο προσέγγισης γύρω από τη διατροφική πυραμίδα, την σημαντικότητα της φύσης επικεντρώνοντας σε θέματα:

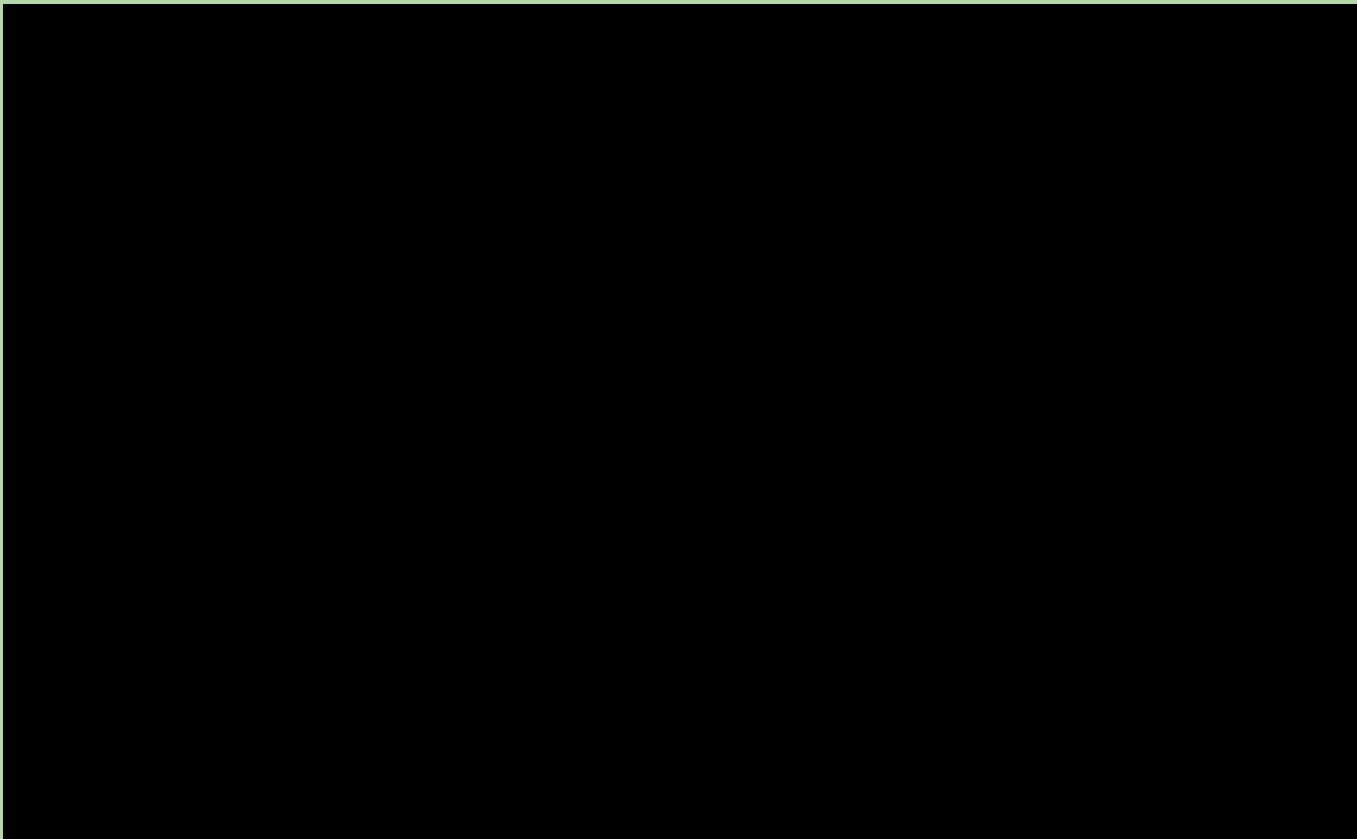
- Το σώμα μου – Ο καθένας μας είναι μοναδικός και ανεπανάληπτος
- Σωστή διατροφή και άσκηση
- Γνωριμία με: υγιεινές τροφές, μη κατάλληλες τροφές, βιταμίνες, διαφήμιση, μεσογειακή διατροφή.

- Αλλαγή στάσης σε θέματα που αφορούν τη διατροφή και τη φροντίδα του σώματος
- Μεταβολισμός – ενέργεια – συστατικά





ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΠΥΡΑΜΙΔΑΣ



ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ



Καμάρες Ένα ισχυρό σύμβολο – τοπόσημο.

Το ρωμαϊκό υδραγωγείο, γνωστό ως Καμάρες, βρίσκεται στη βόρεια έξοδο της Χαλκίδας στην περιφερειακή οδό, λίγες εκατοντάδες μέτρα από το 5ο Πρότυπο Γυμνάσιο.

Αποτελούσε έργο μεταφοράς νερού για την ύδρευση της πόλης, το οποίο κατασκεύασαν οι Ρωμαίοι και συνέχισαν οι Ενετοί.