

### ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΔΙΑΛΕΞΕΩΝ ΣΕ ΓΟΝΕΙΣ & ΕΦΗΒΟΥΣ, 2014

ΜΗΝΑΣ	ΗΜΕΡΑ	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΔΡΑΣΗ	ΤΙΤΛΟΣ ΔΙΑΛΕΞΗΣ	ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ	ΩΡΕΣ	ΧΩΡΟΣ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ	ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ
<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ</b>	Δευτέρα	13.1.2013	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Κατανάλωση φρούτων και λαχανικών - Συνετή κατανάλωση τροφίμων και ροφημάτων χαμηλής θρεπτικής αξίας.	Γιώργος Λάντις, Διατροφολόγος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	4ο Γυμνάσιο - 2ο ΓΕΛ Αλίμου	Μεγάλου Αλεξάνδρου 16, Άλιμος, 210-9919561
	Τετάρτη	15.1.2013	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας στην αντιμετώπιση της εφηβικής παχυσαρκίας και του μεταβολικού συνδρόμου.	Εύα Καραχάλιου, Επιστήμονας Φυσικής Αγωγής	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	Δημοτικό Θέατρο Κάρολος Κουν, Άλιμος	Υψηλάντου & Θησείου, Άλιμος, 210-9888200
	Παρασκευή	17.1.2013	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Έφηβοι και Γονείς. Συμπεριφορά του Εφήβου. Τι αλλάζει στην περίοδο της Εφηβείας;	Παναγιώτης Γιούλης, Ψυχίατρος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	4ο Γυμνάσιο - 2ο ΓΕΛ Αλίμου	Μεγάλου Αλεξάνδρου 16, Άλιμος, 210-9919561
	Δευτέρα	20.1.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Εβδομαδιαία συχνότητα κατανάλωσης μαγειρεμένου φαγητού - Συνετή κατανάλωση φαγητού εκτός σπιτιού.	Γιώργος Λάντις, Διατροφολόγος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	1ο Γυμνάσιο Αγίου Δημητρίου	Στρατάρχου Αλεξάνδρου Παπάγου 23 και Καλλιθέας, Άγιος Δημήτριος, 210-9702577
	Τετάρτη	22.1.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Προσαρμογή της άσκησης στις ιδιαιτερότητες του σώματος κατά την εφηβεία.	Εύα Καραχάλιου, Επιστήμονας Φυσικής Αγωγής	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	1ο Γυμνάσιο Αγίου Δημητρίου	Στρατάρχου Αλεξάνδρου Παπάγου 23 και Καλλιθέας, Άγιος Δημήτριος, 210-9702577
	Παρασκευή	24.1.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Διαμόρφωση Ταυτότητας στην Εφηβεία. Εικόνα Σώματος και Εαυτού- Αυτοεκτίμηση του Εφήβου.	Παναγιώτης Γιούλης, Ψυχίατρος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	1ο Γυμνάσιο Αγίου Δημητρίου	Στρατάρχου Αλεξάνδρου Παπάγου 23 και Καλλιθέας, Άγιος Δημήτριος, 210-9702577

### ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΔΙΑΛΕΞΕΩΝ ΣΕ ΓΟΝΕΙΣ & ΕΦΗΒΟΥΣ, 2014

ΜΗΝΑΣ	ΗΜΕΡΑ	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΔΡΑΣΗ	ΤΙΤΛΟΣ ΔΙΑΛΕΞΗΣ	ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ	ΩΡΕΣ	ΧΩΡΟΣ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ	ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ
<b>ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ</b>	Τετάρτη	5.2.2014	<b>Διάλεξη Γονέων</b>	Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας στην αντιμετώπιση της εφηβικής παχυσαρκίας και του μεταβολικού συνδρόμου Έφηβοι και Γονείς. Συμπεριφορά του Εφήβου. Τι αλλάζει στην περίοδο της Εφηβείας; - Εβδομαδιαία συχνότητα κατανάλωσης μαγειρεμένου φαγητού - Συνετή κατανάλωση φαγητού εκτός σπιτιού. - Προσαρμογή της άσκησης στις ιδιαιτερότητες του σώματος κατά την εφηβεία.	Φλώρα Μπακοπούλου, Εύα Καραχάλιου, Γιώργος Λάντις, Παναγιώτης Γιούλης	17.00-20.10	3ο Γυμνάσιο Παλαιού Φαλήρου	Βέρρα Βυρ. 1 & Παμφυλίας, Παλαιό Φάληρο, 210-9318525
	Δευτέρα	10.2.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Εβδομαδιαία συχνότητα κατανάλωσης μαγειρεμένου φαγητού - Συνετή κατανάλωση φαγητού εκτός σπιτιού.	Γιώργος Λάντις, Διατροφολόγος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	3ο Γυμνάσιο Παλαιού Φαλήρου	Βέρρα Βυρ. 1 & Παμφυλίας, Παλαιό Φάληρο, 210-9318525
	Δευτέρα	10.2.2014	<b>Διάλεξη Γονέων</b>	Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας στην αντιμετώπιση της εφηβικής παχυσαρκίας και του μεταβολικού συνδρόμου Έφηβοι και Γονείς. Συμπεριφορά του Εφήβου. Τι αλλάζει στην περίοδο της Εφηβείας; - Εβδομαδιαία συχνότητα κατανάλωσης μαγειρεμένου φαγητού - Συνετή κατανάλωση φαγητού εκτός σπιτιού. - Προσαρμογή της άσκησης στις ιδιαιτερότητες του σώματος κατά την εφηβεία.	Φλώρα Μπακοπούλου, Εύα Καραχάλιου, Γιώργος Λάντις, Παναγιώτης Γιούλης	17.00-20.10	Δημοτικό Θέατρο Αγίου Δημητρίου Μελίνα Μερκούρη	Λεωφόρος Αγίου Δημητρίου 55, Άγιος Δημήτριος, 210-9705537
	Τετάρτη	12.2.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Προσαρμογή της άσκησης στις ιδιαιτερότητες του σώματος κατά την εφηβεία.	Εύα Καραχάλιου, Επιστήμονας Φυσικής Αγωγής	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	3ο Γυμνάσιο Παλαιού Φαλήρου	Βέρρα Βυρ. 1 & Παμφυλίας, Παλαιό Φάληρο, 210-9318525
	Παρασκευή	14.2.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Διαμόρφωση Ταυτότητας στην Εφηβεία. Εικόνα Σώματος και Εαυτού- Αυτοεκτίμηση του Εφήβου.	Παναγιώτης Γιούλης, Ψυχίατρος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	3ο Γυμνάσιο Παλαιού Φαλήρου	Βέρρα Βυρ. 1 & Παμφυλίας, Παλαιό Φάληρο, 210-9318525
	Δευτέρα	17.2.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Εβδομαδιαία συχνότητα κατανάλωσης μαγειρεμένου φαγητού - Συνετή κατανάλωση φαγητού εκτός σπιτιού.	Γιώργος Λάντις, Διατροφολόγος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	4ο Γυμνάσιο - 2ο ΓΕΛ Αλίμου	Μεγάλου Αλεξάνδρου 16, Άλιμος, 210-9919561
	Τετάρτη	19.2.2014	<b>Διάλεξη Γονέων</b>	Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας στην αντιμετώπιση της εφηβικής παχυσαρκίας και του μεταβολικού συνδρόμου Έφηβοι και Γονείς. Συμπεριφορά του Εφήβου. Τι αλλάζει στην περίοδο της Εφηβείας; - Εβδομαδιαία συχνότητα κατανάλωσης μαγειρεμένου φαγητού - Συνετή κατανάλωση φαγητού εκτός σπιτιού. - Προσαρμογή της άσκησης στις ιδιαιτερότητες του σώματος κατά την εφηβεία.	Φλώρα Μπακοπούλου, Εύα Καραχάλιου, Γιώργος Λάντις, Παναγιώτης Γιούλης	17.00-20.10	Δημοτικό Θέατρο Κάρολος Κουν, Άλιμος	Υψηλάντου & Θησείου, Άλιμος, 210-9888200
	Τετάρτη	19.2.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Προσαρμογή της άσκησης στις ιδιαιτερότητες του σώματος κατά την εφηβεία.	Εύα Καραχάλιου, Επιστήμονας Φυσικής Αγωγής	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	Δημοτικό Θέατρο Κάρολος Κουν, Άλιμος	Υψηλάντου & Θησείου, Άλιμος, 210-9888200
	Παρασκευή	21.2.2014	<b>Διάλεξη Εφήβων</b>	Διαμόρφωση Ταυτότητας στην Εφηβεία. Εικόνα Σώματος και Εαυτού- Αυτοεκτίμηση του Εφήβου.	Παναγιώτης Γιούλης, Ψυχίατρος	Τελευταία Διδακτική Ώρα Σχολείου	4ο Γυμνάσιο - 2ο ΓΕΛ Αλίμου	Μεγάλου Αλεξάνδρου 16, Άλιμος, 210-9919561