



12/02/2020

## **ΨΥΧΟΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ** **ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ**

Την Παρασκευή 7 Φεβρουαρίου 2020 οι μαθητές της Β' Γυμνασίου είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν διάλεξη με θέμα «Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη και διατροφή στην εφηβεία», από τον Κλινικό Διαιτολόγο και Ψυχοθεραπευτή κ. Πάνο Πλατρίτη.

Οι μαθητές κατά τη διάρκεια της διαδραστικής αυτής παρουσίασης είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν για βασικές διατροφικές αρχές που πρέπει να ακολουθούν κατά την εφηβεία, καθώς επίσης και για τις ψυχοσωματικές αλλαγές που συμβαίνουν κατά την περίοδο αυτή. Κατά τη διάρκεια της παρουσίασης, οι μαθητές είχαν επίσης την ευκαιρία να συζητήσουν τις ανησυχίες τους και να επιλύσουν τις απορίες τους σχετικά με τις σωστές και λανθασμένες διατροφικές επιλογές.

Ευχαριστούμε τόσο τον κ. Πλατρίτη για την εξαιρετική παρουσίασή του όσο και την κ. Μέλλω Σταύρου για τον συντονισμό.

Από τη Διεύθυνση

