

---

**ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΜΑΘΗΤΙΚΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ ΜΕ ΤΙΤΛΟ «ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ  
CHALLENGES II»**

---

**Διοργανωτής:** Ινστιτούτο Διατροφικών Μελετών και Ερευνών

Διεύθυνση Φορέα:

Μεσολογγίου 151 Νέα Ιωνία

Email Φορέα: [secretary@insr.gr](mailto:secretary@insr.gr)

Ιστοσελίδα: <http://insr.gr>

Υπεύθυνοι Επικοινωνίας/ Διαμεσολαβητές: Υπεύθυνοι Σχολικών Δραστηριοτήτων ή  
Υπεύθυνοι Αγωγής Υγείας Διευθύνσεων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης

**Συμμετέχοντες:** Μαθητές Λυκείου, 15-21 ετών

**Οδηγίες Μεθοδολογίας Προετοιμασίας:**

[www.diaipolis.auth.gr/epimorfotiko\\_uliko/index.php/2014-09-06-09-18-43/2014-09-06-09-29-21/27-a5-fwtiou?showall=1](http://www.diaipolis.auth.gr/epimorfotiko_uliko/index.php/2014-09-06-09-18-43/2014-09-06-09-29-21/27-a5-fwtiou?showall=1)

**7μελής Επιτροπή Αξιολόγησης Έργων**

Σουπιός Γιάννης, NCFED Master Practitioner. Διαιτολόγος – Διατροφολόγος με  
εξειδίκευση στην ψυχολογική αντιμετώπιση διατροφικών διαταραχών και της  
παχυσαρκίας. Πρόεδρος του ΙΔΜΕ.

Ζουμπανέας Ευάγγελος, NCFED Master Practitioner. Διαιτολόγος – Διατροφολόγος με  
εξειδίκευση στην ψυχολογική αντιμετώπιση διατροφικών διαταραχών, Διευθύνων  
Σύμβουλος του Κέντρου Εκπαίδευσης και Αντιμετώπισης Διατροφικών Διαταραχών,  
αποκλειστικός συνεργάτης με τον Εθνικό Οργανισμό για τις Διατροφικές Διαταραχές  
της Μεγάλης Βρετανίας NCFED, Μέλος ΔΣ ΙΔΜΕ

Ανρδουλάκη Νίκη, Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, με εξειδίκευση στην παιδική  
παχυσαρκία Ε.Κ.Π.Α., Γενικός Γραμματέας Ινστιτούτου Διατροφικών Μελετών &  
Ερευνών ΙΔΜΕ

Βουδούρης Δημήτριος, Msc, PhD. με εξειδίκευση στη διαιτολογία & τις διατροφικές  
διαταραχές, τη μοριακή και εφαρμοσμένη φυσιολογία και την προπονητική |  
Υπεύθυνος Επικοινωνίας του Εκπαιδευτικού Προγράμματος «Διατροφικά  
Challenges», Μέλος ΔΣ, ΙΔΜΕ

Λιόλιος Ιωάννης, Msc, PhD. Καθηγητής Φυσικής Αγωγής, εξειδικευμένος στην  
προπονητική και στην άσκηση υπό συνθήκες διαβήτη | Διευθυντής του Ημερήσιου  
Γυμνασίου Κατσίκια Ιωαννίνων, Μέλος ΙΔΜΕ

Καβαζίδου Ελένη, Msc, PhD. Εκπαιδευτικός Ειδικής Φυσικής Αγωγής, εξειδικευμένη  
στο γνωστικό αντικείμενο της Διατροφικής Συμπεριφοράς και της Χορο/

κινησιοθεραπείας σε άτομα με ψυχικές διαταραχές | Διευθύντρια του 4ου Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Θεσσαλονίκης, Μέλος ΔΣ ΙΔΜΕ

Φίλης Σπυρίδων, Γαστρεντερολόγος-Ηπατολόγος, Υποψήφιος Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Ιωαννίνων στη χρόνια Ηπατίτιδα Β, Μέλος ΔΣ ΙΔΜΕ

### Χρόνος Διεξαγωγής Διαγωνισμού

Ανακοίνωση Διαγωνισμού: 07.02.2022

Υποβολή Ενδιαφέροντος Συμμετοχής: 07.02.2022 έως 07.03.2022

ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ δια των Υπευθύνων Αγωγής Υγείας και Σχολικών Δραστηριοτήτων των Διευθύνσεων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης της χώρας.

Καταληκτική Ημερομηνία Υποβολής τελικών Διαγωνιστικών Έργων: 15.04.2022

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις διαδικασίες θα δοθούν στις σχολικές μονάδες κατόπιν της εγγραφής της διαγωνιστικής τους ομάδας.

### ΠΡΟΚΛΗΣΗ

Προσκαλούνται μαθητές Σχολικών Μονάδων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης μεταξύ 15-21 ετών να συμμετέχουν σε μαθητικό διαγωνισμό με διακριτικό τίτλο ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ CHALLENGES II

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν ομάδες αμιγείς (από ένα τμήμα ή την ίδια τάξη) ή μεικτές (από διαφορετικές τάξεις) που θα εργασθούν ως ομάδα για την επίτευξη ενός κοινού στόχου: **Τη δημιουργία ενός πλήρους πρωινού γεύματος.** Το γεύμα αυτό θα πρέπει να έχει καλή αισθητική, να είναι νόστιμο και παράλληλο ιδιαίτερα θρεπτικό. Το συγκεκριμένο γεύμα υποτίθεται ότι έχει τέτοια χαρακτηριστικά (θρεπτικά, αισθητικά και γευστικά) ώστε να καταναλωθεί με ευχαρίστηση από έναν έφηβο ή μία έφηβη ηλικίας μεταξύ 15-21 ετών. **Οι ομάδες που θα δηλώσουν συμμετοχή θα πρέπει να συνεργασθούν ανά ομάδες των 3 έως 7 ατόμων και καλούνται να μας παρουσιάσουν ένα πλήρες πρωινό γεύμα,**

- παρουσιάζοντας σε τρισδιάστατη ή δυσδιάστατη μορφή το προϊόν τους (ζωντανή παρασκευή με φωτογράφιση και κατασκευή προπλάσματος
- τεκμηριώνοντας γιατί επέλεξαν τα συγκεκριμένα συστατικά
- υποστηρίζοντας για ποιον λόγο εξυπηρετεί αυτό το γεύμα στη συγκεκριμένη ώρα και για ποιον σκοπό (σενάριο για το **ποιος** είναι αυτός που θα καταναλώσει το συγκεκριμένο γεύμα και γιατί το επέλεξε). Περισσότερες πληροφορίες δίνονται στο πρόχειρο πρόσκλησης του διαγωνισμού.

-δημιουργώντας μία συνταγή όπου θα περιγράφεται η διαδικασία προετοιμασίας με σαφήνεια (όνομα συνταγής, συστατικά, διάρκεια προετοιμασίας, διάρκεια αναμονής (εάν προκύπτει ψύξη ή θέρμανση μερικών ή όλου του προϊόντος) σε αρχείο .doc,

γραμματοσειρά 12, times new roman, με μεσοδιάστημα σιερών 0.5 και διαστήματα αριστερά και δεξιά στο 2.5. Εκτός από την περιγραφή της συνταγής θα πρέπει να τεκμηριώσουν γιατί επέλεξαν τα συγκεκριμένα συστατικά και να υποστηρίξουν για ποιον λόγο εξυπηρετεί αυτό το γεύμα στους καταναλωτές του.

### **Μεθοδολογικές Προτάσεις**

Προτείνεται η

- ανάπτυξη σχεδίου πρότζεκτ (παράθεση ιδεών, σχεδιασμός, προγραμματισμός, εφαρμογή, προβολή διάχυση, αξιολόγηση),
- αξιοποίηση περιγραφικής ανάλυσης «5W+2H» (Who, When, Where, What, Why, How, How Many) προκειμένου να αναρωτηθούν και προβληματισθούν σχετικά με θέματα ποσότητας, ποιότητας, προέλευσης προϊόντων που θα προταθούν (π.χ. τροφοχλιόμετρα, κύκλος παραγωγής και κατανάλωσης, διαδικασία μαγειρέματος ή προετοιμασίας εδέσματος, συνδυασμός θρεπτικών συστατικών και αναλογίες κ.α.).
- στρατηγική περιεχομένου: ερευνώ, μετρώ και συγκρίνω, σχεδιάζω, υλοποιώ, προωθώ & δημοσιεύω, βελτιώνω.
- διαφήμιση προϊόντος: σχεδιασμός προώθησης, προγραμματισμός, διασταυρώσεις-συγκρίσεις με άλλα προϊόντα, δημιουργία δικτύου διάχυσης προϊόντος, κοινωνικά δίκτυα, διαδικασίες βελτίωσης, ανάλυση επίδρασης, σχεδιασμός ιστοσελίδας κ.α.

### **Κριτήρια Αξιολόγησης**

Το τελικό έργο θα αξιολογηθεί με κριτήρια:

- α) Τη θρεπτική και διατροφική αξία
- β) Τη γεύση
- γ) Την ποιότητα των συστατικών
- δ) Την αισθητική του τελικού προϊόντος
- ε) Την ευκολία παρασκευής του από άτομα εφηβικής ηλικίας
- ζ) Την αποτύπωση του έργου σε φωτογραφία

**Φάσεις του διαγωνισμού:** Ο διαγωνισμός χωρίζεται σε τρεις φάσεις κατόπιν της λήξης υποβολής των παραδοτέων ανά συμμετέχουσα ομάδα. Α φάση ΜΑΡΤΙΟΣ: Αιτήσεις συμμετοχής Β φάση ΑΠΡΙΛΙΟΣ: Γίνονται δεκτά όλα τα έργα που τηρούν τις βασικές προϋποθέσεις (αισθητικά όμορφα, γευστικά ευχάριστα και θεραπευτικά για άτομα εφηβικής ηλικίας). Γ φάση ΜΑΪΟΣ: Διακρίνονται αυτά που έχουν λάβει θετική ψήφο από το κοινό: όλα τα έργα της φάσης Β εκτίθενται προς ψήφιση σε ειδική πλατφόρμα που έχουν πρόσβαση μόνο όλες οι συμμετέχουσες ομάδες με αξιολογητές τους ίδιους τους δημιουργούς/ συμμετέχοντες, όπου κάθε ομάδα ψηφίζει ένα από τα έργα των άλλων διαγωνιζόμενων ομάδων, **όχι όμως το δικό της.** Κάθε ομάδα έχει δικαίωμα 3 ψήφων.

Η συμμετοχή των μαθητών/-τριών είναι προαιρετική και απαιτείται η σύμφωνη γνώμη των γονέων/κηδεμόνων για τη συμμετοχή τους. Ο διαγωνισμός θα πραγματοποιηθεί εκτός ωρολογίου προγράμματος. Προβλέπονται διαδικασίες αποτίμησης του μαθητικού διαγωνισμού και θα συνοδεύεται από υλικό αξιολόγησης για κάθε υποβάλλουσα μαθητική ομάδα, το οποίο θα συμπληρώνεται από τους/τις εκπαιδευτικούς και τους/τις μαθητές/-ήτριες.

Θα αποδοθεί βεβαίωση συμμετοχής για όλα τα έργα. Στο πλαίσιο προβολής και αναγνώρισης της συνεισφοράς των συμμετέχοντων μαθητικών ομάδων θα δημοσιευτούν όλα τα υποβληθέντα έργα των μαθητών/-τριών και όχι μόνο τα διακριθέντα. Δε θα προκύψουν έσοδα για τον φορέα που προκηρύσσει τον διαγωνισμό ή για άλλον, από τα υποβληθέντα έργα (με εμπορία ή διαφήμιση κ.λπ.). Η χρήση των έργων θα γίνει μόνο για εκπαιδευτικούς σκοπούς.

Δύναται να δοθεί υποστήριξη για την υλοποίηση του διαγωνισμού, με τη συνδρομή πτυχιούχων διαιτολόγων- διατροφολόγων, μέλη του ΙΔΜΕ, ανά νομό ή Περιφέρεια, εφόσον ζητηθεί από τις σχολικές μονάδες ή/και τις διευθύνσεις Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, με σχετικό αίτημα στο [secretary@insr.gr](mailto:secretary@insr.gr).

Επίσης, είναι σημαντικό να γνωρίζει κάθε ενδιαφερόμενος/-η συμμετέχων/-ουσα ότι απαιτείται Υπεύθυνη Δήλωση από τον/την ασκούντα/ασκούσα την επιμέλεια του μαθητή ή της μαθήτριας ότι δέχεται να δημοσιευτεί το έργο του μαθητή ή της μαθήτριας σε ηλεκτρονικό ή έντυπο μέσο, σύμφωνα με τους όρους της προκήρυξης.. Τέλος, όσον αφορά τα πνευματικά δικαιώματα, ισχύουν τα αναφερόμενα στον Ν. 2121/1993 «Πνευματική ιδιοκτησία, συγγενικά δικαιώματα και πολιτιστικά θέματα» [ΦΕΚ 25/Α/04-03-1993], όπως ισχύει. Συγκεκριμένα: [Άρθρο 1 «πνευματική ιδιοκτησία»](#), [Άρθρο 3 «περιουσιακό δικαίωμα»](#), [Άρθρο 4 «ηθικό δικαίωμα»](#), [Άρθρο 12 «μεταβίβαση»](#).

Ο μαθητικός διαγωνισμός γίνεται χωρίς καμία οικονομική επιβάρυνση για τους Μαθητές.

**Σημείωση:** Ο φορέας διοργάνωσης αναλαμβάνει όλη τη διαδικασία υλοποίησης του διαγωνισμού και θα διασφαλίσει τα προσωπικά δεδομένα και τα πνευματικά δικαιώματα των δημιουργών, σύμφωνα με την κείμενη νομοθεσία.

Δηλώσεις συμμετοχής υποβάλλονται δια του συνδέσμου

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd8ajXp\\_xwJ4-OZweHoTkTaqIDdYFR1nW8WvS2OxXo3mYg3Qg/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd8ajXp_xwJ4-OZweHoTkTaqIDdYFR1nW8WvS2OxXo3mYg3Qg/viewform)