



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης
και Τροφίμων

*«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με τη χρηματοδοτική συνεισφορά της Ευρωπαϊκής Ένωσης*

*Αξιολόγηση του προγράμματος
δωρεάν διανομής φρούτων, λαχανικών & γάλακτος στα σχολεία
για τη σχολική περίοδο 2017-2022*

Έκθεση Αξιολόγησης για τη σχολική περίοδο 2017-2022

Σύμβουλος Αξιολόγησης:

Ένωση Εταιρειών



ADVANCED SERVICES GROUP LTD



Management & Technology Consultants

Αθήνα, Ιανουάριος 2023



Πίνακας Περιεχομένων

1. Σύνοψη.....	4
1.1 Ευρήματα της αξιολόγησης	4
1.2 Συμπεράσματα και προτάσεις.....	5
2. Εισαγωγή.....	7
2.1 Σκοπός και πεδίο της έκθεσης αξιολόγησης	7
2.2 Σύνοψη περιγραφή της αξιολογητικής διαδικασίας	8
3. Μεθοδολογία.....	9
3.1 Σχεδιασμός και χρησιμοποιούμενες μέθοδοι αξιολόγησης	9
3.1.1 Έλεγχος εγκυρότητας ερωτηματολογίων	11
3.2 Ερωτήματα αξιολόγησης, κριτήρια κρίσης, δείκτες.....	17
3.3 Πηγές δεδομένων και τεχνικές συλλογής δεδομένων	20
3.4 Τυχόν περιορισμοί και λύσεις που βρέθηκαν	21
4. Αποτίμηση της λειτουργίας του προγράμματος για τα σχολεία.....	22
4.1 Λογική παρέμβασης ή δεσμοί μεταξύ των προσδιορισθεισών αναγκών, των στόχων που τίθενται στη στρατηγική και των δραστηριοτήτων που διεξήχθησαν.....	22
4.2 Βασικά πρότυπα ή τάσεις όσον αφορά τα συμμετέχοντα σχολεία/παιδιά.....	25
4.2.1 Αποτελέσματα της μέτρησης πριν την παρέμβαση (φάση 0).....	27
4.2.2 Αποτελέσματα της μέτρησης μετά την παρέμβαση (φάση 1)	37
4.3 Παροχή/διανομή φρούτων, λαχανικών και γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων, και προτεραιότητα στα νωπά φρούτα και λαχανικά και το γάλα κατανάλωσης	48
4.4 Συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα	51
4.5 Δράσεις επικοινωνίας και ενημέρωσης.....	55
4.6 Βασικές ρυθμίσεις και διατάξεις εφαρμογής.....	57
4.7 Συμμετοχή των αρχών υγείας/διατροφής, άλλων δημόσιων αρχών και ενδιαφερομένων φορέων του ιδιωτικού τομέα που συμμετέχουν στο σχεδιασμό, την εφαρμογή, την παρακολούθηση και την αξιολόγηση του προγράμματος.....	59
5. Απαντήσεις στα κοινά ερωτήματα αξιολόγησης.....	62
5.1 Σε ποιο βαθμό το πρόγραμμα για τα σχολεία έχει αυξήσει τη συνολική κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων από τα παιδιά, σύμφωνα με τις εθνικές συστάσεις για υγιεινή διατροφή της προβλεπόμενης ηλικιακής ομάδας;.....	62
5.1.1 Μεταβολή της άμεσης και έμμεσης κατανάλωσης νωπών φρούτων και λαχανικών από τα παιδιά (ποσότητα και/ή συχνότητα)	62
5.1.2 Μεταβολή της άμεσης και έμμεσης κατανάλωσης γάλακτος κατανάλωσης από τα παιδιά (ποσότητα και/ή συχνότητα)	63
5.1.3 Μεταβολή του ποσοστού των παιδιών που λαμβάνουν τη συνιστώμενη ημερήσια πρόσληψη φρούτων και λαχανικών	64



5.1.4 Μεταβολή του ποσοστού των παιδιών που τηρούν τις συστάσεις των εθνικών αρχών σε θέματα υγείας και διατροφής όσον αφορά την ημερήσια πρόσληψη γάλακτος κατανάλωσης και άλλων γαλακτοκομικών προϊόντων, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, αρωματικών ουσιών, φρούτων, καρπών ή κακάου και σύμφωνα με τα επίπεδα λιπαρών και νατρίου που συνιστώνται σε εθνικό επίπεδο για την προβλεπόμενη ηλικιακή ομάδα	65
5.2 Σε ποιο βαθμό το πρόγραμμα για τα σχολεία έχει συμβάλει στην εκπαίδευση των παιδιών σχετικά με τις υγιεινές διατροφικές συνήθειες	66
5.2.1 Αλλαγή στη συμπεριφορά των παιδιών όσον αφορά την κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων, σύμφωνα με τις εθνικές συστάσεις για υγιεινή διατροφή της προβλεπόμενης ηλικιακής ομάδας.....	66
5.2.2 Αλλαγή στις γνώσεις των παιδιών σχετικά με τα οφέλη για την υγεία από την κατανάλωση νωπών φρούτων και λαχανικών, γάλακτος κατανάλωσης και γαλακτοκομικών προϊόντων, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, αρωματικών ουσιών, φρούτων, καρπών ή κακάου και σύμφωνα με τα επίπεδα λιπαρών και νατρίου που συνιστώνται σε εθνικό επίπεδο για την προβλεπόμενη ηλικιακή ομάδα	67
6. Συμπεράσματα και προτάσεις.....	69
6.1 Αποτελεσματικότητα του προγράμματος	69
6.2 Διδάγματα.....	71
6.3 Συστάσεις για βελτίωση.....	72
Παράρτημα Α' Υπόδειγμα Ερωτηματολογίων.....	74
Παράρτημα Β' Επιλογή του δείγματος	106
Επιλογή του δείγματος της ομάδας παρέμβασης (μαθητές από σχολεία που συμμετέχουν στο πρόγραμμα)	106
Επιλογή του δείγματος της ομάδας ελέγχου (μαθητές από όμορα σχολεία με αυτά της παρέμβασης που δε συμμετέχουν στο πρόγραμμα)	112
Συλλογή δεδομένων	118
Παράρτημα Γ' Αποτελέσματα της αξιολόγησης κατά την μέτρηση του Μαΐου 2019	121
Καταναλωτικές συνήθειες και διατροφική στάση της οικογένειας.....	121
Προτιμώμενα φρούτα και λαχανικά από τα παιδιά.....	124
Διατροφική στάση των παιδιών	125
Παρουσίαση αποτελεσμάτων ομάδας ελέγχου	127
Τιμές των δεικτών αξιολόγησης κατά το Μάιο του 2019.....	131
Παράρτημα Δ' Αποτελέσματα της αξιολόγησης κατά την μέτρηση του Απριλίου 2022.....	132
Καταναλωτικές συνήθειες και διατροφική στάση της οικογένειας.....	132
Προτιμώμενα φρούτα και λαχανικά από τα παιδιά.....	135
Διατροφική στάση των παιδιών	136
Παρουσίαση αποτελεσμάτων ομάδας ελέγχου	138



1. Σύνοψη

1.1 Ευρήματα της αξιολόγησης

Σύμφωνα με έρευνα πεδίου που πραγματοποιήθηκε, οι μαθητές αντιμετώπισαν με ενθουσιασμό τη διανομή φρούτων, λαχανικών και γάλακτος.

Θετικές κρίσεις εκφράστηκαν για την αισθητική της συσκευασίας, αλλά και για τη φρεσκάδα (freshness) των προϊόντων. Είναι χαρακτηριστικό ότι σε πολύ λίγες περιπτώσεις υπήρξε διαμαρτυρία για την κατάσταση των οπωρολαχανικών ή την ημερομηνία λήξεως του γάλακτος.

Επίσης, ενδεικτικό της θετικής υποδοχής της διανομής είναι το γεγονός ότι αρκετά σχόλια αφορούσαν περισσότερες διανομές και μεγαλύτερη ποικιλία προϊόντων, δηλώνοντας ουσιαστικά ότι τα τρόφιμα είναι καλά, αλλά λίγα.

Επίσης, η διανομή αξιολογήθηκε από τους γονείς και κηδεμόνες σε ποσοστό 87,17% ως καλή ή μάλλον καλή και μόλις σε ποσοστό 3,74% ως κακή ή μάλλον κακή. Μάλιστα, το ποσοστό των γονέων που αξιολόγησαν τη διανομή ως κακή ήταν χαμηλότερο του 1%. Αντίστοιχα, η διανομή αξιολογήθηκε από τους εκπαιδευτικούς σε ποσοστό 84,17% ως καλή ή μάλλον καλή και σε ποσοστό 6,26% ως κακή ή μάλλον κακή.

Ωστόσο, υπήρξαν ελάχιστες παρατηρήσεις ότι τα φρούτα ήταν κτυπημένα ή και αλλοιωμένα. Επίσης, καθώς στο 68,63% των σχολικών μονάδων του δείγματος τα περισσότερα παιδιά δεν κατανάλωναν το γάλα στο σχολείο, αλλά το μετέφεραν στο σπίτι τους, διατυπώθηκε η ανησυχία των γονέων ότι το γάλα παρέμενε πολλές ώρες εκτός ψυγείου. Τέλος, σε ελάχιστες περιπτώσεις διατυπώθηκε η παρατήρηση ότι η χάρτινη συσκευασία των φρούτων και λαχανικών δεν άντεχε το βάρος.

Πάντως, η συντριπτική πλειονότητα των γονέων και κηδεμόνων εκφράζει την επιθυμία του να επαναληφθεί το πρόγραμμα με τακτικότερες διανομές και μεγαλύτερη ποικιλία προϊόντων.

Τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα αξιολογήθηκαν από τους γονείς και κηδεμόνες ως καλά ή μάλλον καλά σε ποσοστό 90,23% και μόλις σε ποσοστό 1,28% ως κακά ή μάλλον κακά. Αντίστοιχα, τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα αξιολογήθηκαν από τους εκπαιδευτικούς σε ποσοστό 66,52% ως καλά ή μάλλον καλά και σε ποσοστό 6,70% ως κακά ή μάλλον κακά.

Ωστόσο, η συμμετοχή των γονέων και κηδεμόνων στην υλοποίηση των συνοδευτικών εκπαιδευτικών μέτρων ήταν πολύ μικρή (8,03%), ενώ όμως η συμμετοχή των διευθυντών των σχολικών μονάδων ήταν σημαντική (46,43%).



Ειδικότερα, η συμμετοχή των διευθυντών των σχολικών μονάδων αφορούσε το διοικητικό συντονισμό, τη διοργάνωση συζητήσεων και ενημερώσεων, καθώς και επιλογή σχετικής θεματικής και εργαστηρίου δεξιοτήτων.

Όμως, τόσο οι γονείς και κηδεμόνες (σε ποσοστό 68,32%), όσο και οι διευθυντές των σχολικών μονάδων (σε ποσοστό 72,16%) δήλωσαν ότι ευαισθητοποιήθηκαν ως προς τα μηνύματα του προγράμματος.

Ειδικότερα, οι γονείς και κηδεμόνες δήλωσαν ότι με αφορμή τα συνοδευτικά μέτρα άνοιξαν συζητήσεις με τα παιδιά τους αναφορικά με τα οφέλη της υγιεινής διατροφής, εφάρμοσαν τις συνταγές μαγειρικής στο σπίτι τους και πραγματοποίησαν αλλαγές στο καθημερινό διαιτολόγιό τους.

Η δημοσιότητα του προγράμματος αξιολογήθηκε από τους γονείς και κηδεμόνες ως καλή ή μάλλον καλή σε ποσοστό 76,72% και μόλις σε ποσοστό 3,93% ως κακή ή μάλλον κακή. Αντίστοιχα, τη δημοσιότητα του προγράμματος αξιολογήθηκε από τους εκπαιδευτικούς σε ποσοστό 71,25% ως καλή ή μάλλον καλή και σε ποσοστό 9,59% ως κακή ή μάλλον κακή. Οι διαπιστώσεις των εκπαιδευτικών αφορούσαν κυρίως μεγάλες καθυστερήσεις στην υλοποίησή τους και μικρή εμβέλεια αντικτύπου τους.

Όσον αφορά τις διαδικασίες υλοποίησης του προγράμματος, παρατηρήθηκαν σημαντικές χρονικές καθυστερήσεις στη προετοιμασία και διενέργεια των ηλεκτρονικών διαγωνισμών που επέφεραν επιβράδυνση του χρόνου ανάθεσης των έργων και των μελετών. Ειδικότερα, ο μέσος χρόνος που μεσολαβεί μεταξύ προετοιμασίας και υπογραφής σύμβασης μπορεί να φθάσει πολλούς μήνες και αυτό για έργα στα οποία δεν προκύπτουν σοβαρές εμπλοκές από προσφυγές υποψηφίων αναδόχων.

1.2 Συμπεράσματα και προτάσεις

Όσον αφορά στους στόχους κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών **παρατηρείται επίτευξη των στόχων της εθνικής στρατηγικής** (αύξηση κατά 5% στο ποσοστό κατανάλωσης τουλάχιστον 2 μερίδων φρούτων ημερησίως, αύξηση κατά 4% στο ποσοστό κατανάλωσης λαχανικών καθημερινώς). Επίσης, προκύπτει ότι **η αύξηση της κατανάλωσης οπωρολαχανικών μπορεί να θεωρηθεί εν μέρει τουλάχιστον επίδραση της υλοποίησης του προγράμματος**, καθώς στην ομάδα ελέγχου παρατηρήθηκε μεν αύξηση, αλλά σαφώς χαμηλότερη.

Όσον αφορά στο στόχο κατανάλωσης γάλακτος, προκύπτει μείωση της κατανάλωσης, έναντι στόχου για 5% αύξηση. Ωστόσο, παρατηρείται υπερδιπλάσια μείωσης της κατανάλωσης γάλακτος στην ομάδα ελέγχου, με αποτέλεσμα να συμπεραίνεται ότι η υλοποίηση του προγράμματος στην ομάδα παρέμβασης να συνήργησε στη συγκράτηση της μείωσης της κατανάλωσης γάλακτος.



Γενικά πάντως, το ποσοστό των μαθητών που καταναλώνει τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό είναι πολύ υψηλό και δεν θα πρέπει να αναμένεται περαιτέρω αύξησή του.

Οι μαθητές γενικώς έχουν πολύ καλές γνώσεις αναφορικά με τα γεωργικά προϊόντα, καθώς σε ποσοστά άνω του 90% γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού, καθώς και τα βιολογικά προϊόντα, σε ποσοστό 80% είναι σε θέση να αναγνωρίσουν περισσότερα από 10 φρούτα και σε ποσοστό 70% είναι σε θέση να αναγνωρίσουν περισσότερα από 10 λαχανικά.

Προκύπτει, δηλαδή, ότι η γνώση των μαθητών αναφορικά με τα γεωργικά προϊόντα στα πλαίσια της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης είναι ικανοποιητική, ανεξαρτήτως συμμετοχής στο συγκεκριμένο πρόγραμμα.

Αντιστοίχως, πολύ υψηλά είναι τα ποσοστά των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά, καθώς και των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα.

Ωστόσο, παρά την υλοποίηση σχετικών δράσεων στα πλαίσια των συνοδευτικών εκπαιδευτικών μέτρων, δεν παρατηρήθηκε αύξηση του ποσοστού των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως, καθώς και του ποσοστού των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως. Επίσης, οι μαθητές δεν εξοικειώθηκαν με λιγότερο γνωστά φρούτα και λαχανικά, ούτε εξισορροπήθηκε η προτίμηση για λαχανικά σε σχέση με αυτή για τα φρούτα.

Για το λόγο αυτό, προτείνεται **η σύνδεση των στόχων του προγράμματος με τις συστάσεις διεθνών οργανισμών** για πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως, καθώς και πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως.

Δεύτερον, προτείνεται να δοθεί **μεγαλύτερη έμφαση στην κατανάλωση λαχανικών**, τόσο ως προς την ποσότητα, όσο και ως προς την ποικιλία, η οποία παρουσιάζει τη μεγαλύτερη δυσκολία υιοθέτησής της από τους μαθητές.

Τέλος, σε επίπεδο συντονισμού των αρμόδιων αρχών, **είναι απαραίτητο να εξεταστούν διεξοδικά επιλογές για την επιτάχυνση των σχετικών διαδικασιών προετοιμασίας, υλοποίησης και ανάθεσης προσφορών**, καθώς το χρονοδιάγραμμα υλοποίησης ενός ετήσιου προγράμματος απαιτεί αποφάσεις και δράσεις που αξιολογώντας την πενταετία προκύπτει ότι η υλοποίηση δεν μπορεί συνήθως να επιτευχθεί εντός του σχετικού έτους λόγω του υφιστάμενου νομοθετικού πλαισίου που ως αποτέλεσμα δεν εφαρμόστηκαν οι περίοδοι 2017-2018 και 2020-2021. Τα περιοριστικά μέτρα για την αντιμετώπιση των συνεπειών του κορωνοϊού επιδείνωσαν την κατάσταση.



2. Εισαγωγή

2.1 Σκοπός και πεδίο της έκθεσης αξιολόγησης

Η αξιολόγηση του «Προγράμματος της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία» έχει ως στόχο να ερευνήσει τα σχετικά δεδομένα και να εξαγάγει συμπεράσματα αναφορικά με το βαθμό στον οποίο η εκτέλεση του προγράμματος ήταν αποτελεσματική, ειδικότερα ως προς την επίτευξη των αντικειμενικών στόχων και των επιδιωκόμενων αποτελεσμάτων με σκοπό να βελτιώσει την ποιότητα της υλοποίησης του προγράμματος στην Ελλάδα, προσδιορίζοντας τομείς και περιθώρια βελτίωσης.

Η αξιολόγηση, ακολουθώντας τις κατευθυντήριες γραμμές της Ευρωπαϊκής Επιτροπής (EU school fruit, vegetables and milk scheme: guidelines for the Member States' evaluation, Γενική Διεύθυνση Γεωργίας και Αγροτικής Ανάπτυξης, Ref.Ares(2018)5450792-24/10/2018), εστιάζει στην αποτελεσματικότητα της εκτέλεσης του προγράμματος.

Επίσης, η αξιολόγηση επιχειρεί μία συνολική αποτίμηση της εκτέλεσης του προγράμματος με στόχο να αξιολογηθούν:

- η λογική παρέμβασης (συνάφεια αναγκών, τεθέντων αντικειμενικών στόχων και υλοποιηθεισών δράσεων)
- τα κύρια χαρακτηριστικά και οι τάσεις των μαθητών που απετέλεσαν την ομάδα παρέμβασης
- η εφαρμογή του συστήματος διανομής
- η υλοποίηση των συνοδευτικών εκπαιδευτικών μέτρων
- οι δράσεις ενημέρωσης / επικοινωνίας – προβολής
- βασικές ρυθμίσεις και κανόνες εφαρμογής
- ο βαθμός ανάμειξης των υπευθύνων αρχών και των λοιπών ενδιαφερομένων μερών

Η παρούσα έκθεση αναφέρεται συγκεκριμένα στο πρόγραμμα δωρεάν διανομής φρούτων, λαχανικών & γάλακτος στα σχολεία για τη σχολική περίοδο 2017-2022 στο σύνολό του και τα συμπεράσματα αφορούν τα τελικά αποτελέσματα για το σύνολο του προγράμματος κατά την πενταετή περίοδο εφαρμογής.



2.2 Σύντομη περιγραφή της αξιολογητικής διαδικασίας

Το πρόγραμμα βασίζεται σε τρεις «πυλώνες», ο πρώτος αφορά τη διανομή των τροφίμων, ο δεύτερος τα συνοδευτικά μέτρα και ο τρίτος την παρακολούθηση /αξιολόγηση και ενημέρωση/επικοινωνία-προβολή. Συνεπώς ολόκληρο το πρόγραμμα έπρεπε να αξιολογηθεί όχι μόνο σε ότι αφορά στην διανομή των φρούτων, λαχανικών και γάλακτος, αλλά και στην επίδραση των συνοδευτικών μέτρων στην εφαρμογή του προγράμματος, καθώς και στο πλαίσιο της παρακολούθησης, και της επικοινωνίας-προβολής. Τα συνοδευτικά μέτρα είναι εξίσου σημαντικά με τα μέτρα διανομής με στόχο να βελτιωθεί και να αυξηθεί η κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και φρούτων από τα παιδιά.

Για την αξιολόγηση του σχολικού προγράμματος προώθησης της κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος στα σχολεία, ελήφθησαν υπ' όψη τα ακόλουθα κρίσιμα ερωτήματα:

- Σε ποιο βαθμό το πρόγραμμα προώθησης της κατανάλωσης φρούτων λαχανικών και γάλακτος στα σχολεία αύξησε την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών στο σχολείο και στο σπίτι;
- Έχει θεσπιστεί ένα καλά σχεδιασμένο πρόγραμμα προώθησης της κατανάλωσης φρούτων λαχανικών και γάλακτος στα σχολεία ώστε να λειτουργεί σωστά;
- Με ποιο τρόπο επηρέασαν οι παράμετροι του σχεδιασμού του προγράμματος την αποτελεσματικότητα, την αποδοτικότητα και την συνάφεια του Σχεδίου;



3. Μεθοδολογία

3.1 Σχεδιασμός και χρησιμοποιούμενες μέθοδοι αξιολόγησης

Η Αξιολόγηση του προγράμματος δωρεάν διανομής φρούτων, λαχανικών & γάλακτος στα σχολεία για τη σχολική περίοδο 2017-2022 υποστηρίζεται από έρευνα πεδίου με τη χρήση δομημένου ερωτηματολογίου για τη μέτρηση της πρόσληψης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος από τα παιδιά.

Τα παιδιά δεν ζουν απομονωμένα, αλλά είναι μέλη οικογενειών με γονείς και αδέρφια. Ο ρόλος της οικογένειας στην καθιέρωση/τροποποίηση των διατροφικών συνηθειών έχει ευρύτατα αναγνωριστεί στην επιστημονική κοινότητα. Για το λόγο αυτό η αξιολόγηση του προγράμματος αποφασίστηκε να περιλαμβάνει και την πρόσληψη των γονέων σε φρούτα, λαχανικά και γάλα.

Ο βαθμός στον οποίο το πρόγραμμα προώθησης της κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος στα σχολεία αύξησε την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών στο σχολείο και στο σπίτι αποφασίστηκε να μετρηθεί χρησιμοποιώντας δεδομένα από την έρευνα και μελέτη της παρακολούθησης και την προσέγγιση της ομάδας παρέμβασης/ομάδας ελέγχου.

Η ομάδα παρέμβασης περιλαμβάνει παιδιά από σχολεία που συμμετέχουν στο πρόγραμμα και η ομάδα ελέγχου περιλαμβάνει παιδιά από όμορα σχολεία που δεν συμμετέχουν στο πρόγραμμα.

Επίσης, προγραμματίστηκαν δύο μετρήσεις της κατανάλωσης των παιδιών και των γονέων, μία (Φάση 0) στην αρχή του προγράμματος (μηδενική μέτρηση / μέτρηση αναφοράς) και μία (Φάση 1) όσο πιο πρόσφατη και όσο πιο κοντά **στο τέλος του σχολικού έτους** (τις τελευταίες εβδομάδες διανομής).

Στη φάση 0, οι μετρήσεις καλύπτουν τις τάξεις από τρεις βαθμίδες (Α', Β', Γ' της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης) για το σχολικό έτος 2018-2019, ενώ στη φάση 1, προκειμένου να παρακολουθηθούν οι ίδιοι μαθητές που συμμετείχαν στο πρόγραμμα από το σχολικό έτος 2018-2019 (τότε μαθητές των Α', Β' και Γ' τάξεων αντίστοιχα), οι μετρήσεις καλύπτουν τις τάξεις από τρεις βαθμίδες (Δ', Ε', ΣΤ' της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης) για σχολικό έτος 2021-2022.

Οι μετρήσεις εκκινούν από το σχολικό έτος 2018-2019, καθώς το σχολικό έτος 2017-2018 δεν υλοποιήθηκε το πρόγραμμα.

Επίσης, πραγματοποιηθήκαν δύο επιπλέον ενδιάμεσες μετρήσεις τον Μάιο 2019 και τον Απρίλιο του 2022, τα αναλυτικά ευρήματα των οποίων παρουσιάζονται στις ετήσιες εκθέσεις αξιολόγησης των σχολικών ετών 2018-2019 και 2021-2022 και παρατίθενται συνοπτικά στα Παραρτήματα Γ' και Δ' αντίστοιχα.



Η βελτίωση της πρόσληψης σχεδιάστηκε να αξιολογηθεί με μια επιστημονικά επιλεγμένη μεθοδολογία, που περιλαμβάνει την αξιοποίηση στατιστικού αντιπροσωπευτικού δείγματος συμμετεχόντων σχολείων, καθώς και ενός αριθμού σχολείων που δεν συμμετέχουν στο πρόγραμμα, το οποίο αποτελεί την ομάδα ελέγχου.

Όσον αφορά το μέγεθος του δείγματος αυτό είναι αντιπροσωπευτικό των κοινωνικο-οικονομικών παραγόντων.

Ειδικότερα, επιλέχθηκε η χρήση ερωτηματολογίων συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων (Food Frequency Questionnaires, FFQ) για την μέτρηση της κατανάλωσης. Τα ερωτηματολόγια έχουν ισχυρή επιστημονική βάση και είναι επικυρωμένα. Επίσης, καταβλήθηκε προσπάθεια τα ερωτηματολόγια να μην είναι πολύ μακροσκελή και σύνθετα με στόχο να αποτιμούν την κατανάλωση των παιδιών σε φρούτα, λαχανικά και γάλα, στο σπίτι και στο σχολείο, καθώς και την κατανάλωση των γονέων τους σε φρούτα λαχανικά και γάλα, και τρόφιμα υψηλής ενεργειακής πυκνότητας.

Τα ερωτηματολόγια σχεδιάστηκαν με επιστημονικό τρόπο για τις ηλικίες αυτές σύμφωνα με την βιβλιογραφία και τις οδηγίες της ΕΕ.

Ο ανάδοχος καθ' όλη τη διενέργεια της έρευνας πεδίου εφάρμοσε την κείμενη νομοθεσία (Νόμος 4624/2019 «Αρχή Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα, μέτρα εφαρμογής του Κανονισμού (ΕΕ) 2016/679 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 27ης Απριλίου 2016 για την προστασία των φυσικών προσώπων έναντι της επεξεργασίας δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα και ενσωμάτωση στην εθνική νομοθεσία της Οδηγίας (ΕΕ) 2016/680 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 27ης Απριλίου 2016 και άλλες διατάξεις», Γενικός Κανονισμός Προστασίας Δεδομένων (ΕΕ) 2016/679 «για την προστασία των φυσικών προσώπων έναντι της επεξεργασίας των δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα και για την ελεύθερη κυκλοφορία των δεδομένων αυτών και την κατάργηση της οδηγίας 95/46/ΕΚ»), και έχει μεριμνήσει για τη διασφάλιση, σε κάθε στάδιο της έρευνας (συλλογή, επεξεργασία και δημοσιοποίηση), της ανωνυμίας όλων των εμπλεκόμενων σε αυτή και τη μεταχείριση των ερευνητικών δεδομένων ως απολύτως απόρρητα, καθώς όλα τα ερωτηματολόγια είναι ανώνυμα.

Ο Πληθυσμός Αναφοράς του προγράμματος της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία αφορά τους μαθητές Δημοτικής Εκπαίδευσης της χώρας. Ο Πληθυσμός της παρέμβασης του προγράμματος σύμφωνα με τις ΚΥΑ 1/1135/4-1-2021 ΦΕΚ5/Β/4.01.2021 και 429/22087/09-02-2018 ΦΕΚ594/Β/22.08.2018 αφορούσε 150.000 μαθητές Δημοτικής Εκπαίδευσης.



3.1.1 Έλεγχος εγκυρότητας ερωτηματολογίων

3.1.1.1 Εισαγωγή

Για την υλοποίηση του έργου της αξιολόγησης – απ’ όλες τις διαθέσιμες επιστημονικά τεκμηριωμένες μεθόδους που χρησιμοποιούνται για την καταγραφή της διαιτητικής πρόσληψης και επισκοπούνται συνοπτικά παρακάτω – επιλέχθηκε το ερωτηματολόγιο συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων, **καθώς είναι η πλέον διαδεδομένη στις επιδημιολογικές μελέτες λόγω της πρακτικότητάς του.**

Ο έλεγχος εγκυρότητας των ερωτηματολογίων βασίστηκε στην εγκυρότητα σχεδιασμού του ερωτηματολογίου συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων, όπως αυτή έχει επαληθευτεί από τη διεθνή και εγχώρια επιστημονική κοινότητα, ενδεικτική βιβλιογραφία της οποίας αναφέρεται παρακάτω.

Η εγκυρότητα, όμως, των ερωτηματολογίων συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων επισημαίνεται ότι δεν μπορεί να διαπιστωθεί με άμεσο τρόπο, καθώς αντικατοπτρίζει το βαθμό στον οποίο τα ερωτηματολόγια μετρούν την πραγματική διαιτητική πρόσληψη και δεν υπάρχει πρότυπη μέθοδος που μας επιτρέπει να γνωρίζουμε την πραγματική διαιτητική πρόσληψη (τι δηλαδή πραγματικά κατανάλωσε ο ερωτώμενος σε σχέση με τι δήλωσε ότι κατανάλωσε).

Για το λόγο αυτό, η διεθνής βιβλιογραφία προτείνει την προσέγγιση του θέματος της εγκυρότητας είτε με τη συγκριτική αξιολόγηση των μεθόδων καταγραφής της διαιτητικής πρόσληψης, είτε με ειδικές δοκιμές που αξιολογούν άμεσα την εγκυρότητα (και οι οποίες αναφέρονται συνοπτικά στη συνέχεια).

Οι παραπάνω μέθοδοι, ωστόσο, είναι ιδιαίτερα σύνθετες, απαιτούν κλινικές συνθήκες και έρευνα και δύσκολα εφαρμόζονται στην πράξη, ενώ είναι αδύνατον να εφαρμοστούν στο συγκεκριμένο έργο λόγω του χρόνου και των χαρακτηριστικών των συμμετεχόντων στο πρόγραμμα διανομής φρούτων και λαχανικών στα σχολεία. Για το λόγο αυτό, συνήθως εξετάζεται από τη διεθνή πρακτική που βασίζεται σε έγκριτη βιβλιογραφία, ο βαθμός επαναληψιμότητας ενός ερωτηματολογίου, όπου ερευνάται εάν ένας ερωτώμενος θα έδινε τις ίδιες απαντήσεις εάν μεσολαβούσε ένα ικανό χρονικό διάστημα και εφόσον οι διατροφικές του συνθήκες παρέμεναν απολύτως σταθερές.

Ο βαθμός επαναληψιμότητας, που στην ουσία είναι το μέτρο αξιοπιστίας ενός ερωτηματολογίου, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως μία ικανή ένδειξη της εγκυρότητας του ερωτηματολογίου. Και επειδή, στον πραγματικό κόσμο οι συνθήκες ποτέ δεν είναι πανομοιότυπες, η επαναληψιμότητα θεωρείται ότι μετρείται από την επαναληψιμότητα, το βαθμό δηλαδή συμφωνίας των αποτελεσμάτων ενός ερωτηματολογίου κάτω από διαφορετικές συνθήκες, όπως και στις συνθήκες του παρόντος προγράμματος.



Από τα αποτελέσματα της δευτερογενούς έρευνας της επιστημονικής βιβλιογραφίας (παραδείγματα της οποίας παρατίθεται στη συνέχεια) προκύπτει ότι τα ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων παρουσιάζουν υψηλό βαθμό επαναληψιμότητας, κατά συνέπεια μπορεί να θεωρηθούν έγκυρα.

Όλα τα προαναφερόμενα αποτελούν την μεθοδολογία ελέγχου εγκυρότητας του ερωτηματολογίου, καθώς πρωτογενής έρευνα διαπίστωσης της επαναληψιμότητας του συγκεκριμένου ερωτηματολογίου που σχεδιάστηκε για τους σκοπούς της παρούσας αξιολόγησης δεν είναι δυνατόν να πραγματοποιηθεί, καθώς σύμφωνα με τη διεθνή πρακτική προϋποθέτει την ύπαρξη ικανού χρονικού διαστήματος, διάρκειας 9 έως 12 μηνών, πριν την έναρξη της αξιολόγησης του κυρίως έργου.

Ειδικότερα, όμως, τα ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων, όπως προαναφέρθηκε είναι τα πλέον διαδεδομένα στις επιδημιολογικές έρευνες και – κατά συνέπεια – δοκιμασμένα από τη διεθνή πρακτική για την αποτελεσματικότητα, την εγκυρότητα και την αξιοπιστία τους, σύμφωνα και με τα δημοσιευμένα αποτελέσματα της διεθνούς και εγχώριας επιστημονικής κοινότητας.

3.1.1.2 Επισκόπηση εναλλακτικών επιστημονικά τεκμηριωμένων μεθόδων καταγραφής της διαιτητικής πρόσληψης

Για την επιλογή της μεθόδου των ερωτηματολογίων συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων και της εγκυρότητας αυτών, εξετάστηκαν και άλλες γνωστές σύμφωνα με τη διεθνή πρακτική και διαθέσιμες επιστημονικά τεκμηριωμένες μέθοδοι που χρησιμοποιούνται για την καταγραφή της διαιτητικής πρόσληψης και που διακρίνονται σε ποσοτικές και ποιοτικές, όπως συνοπτικά παρουσιάζονται παρακάτω. Στις ποσοτικές μεθόδους ανήκουν η ανάκληση εικοσιτετραώρου και το ημερολόγιο καταγραφής τροφίμων, ενώ στις ποιοτικές περιλαμβάνονται το διατροφικό ιστορικό και το ημερολόγιο συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων.

Μέθοδος ανάκλησης εικοσιτετραώρου

Η μέθοδος ανάκλησης εικοσιτετραώρου διεξάγεται από ένα καλά εκπαιδευμένο και ικανό ερευνητή, ο οποίος καλεί τον εξεταζόμενο να θυμηθεί λεπτομερώς όλα τα τρόφιμα και ποτά που κατανάλωσε στο διάστημα των τελευταίων 24 ωρών. Ένας σημαντικός περιορισμός της μεθόδου αυτής είναι ότι η καταγραφή της διατροφικής πρόσληψης μίας μόνο ημέρας δεν αποτελεί κατά κανόνα αντιπροσωπευτικό δείγμα της συνήθους πρόσληψης του εξεταζόμενου. Επίσης, η επιτυχία της μεθόδου αυτής εξαρτάται από τη μνήμη του εξεταζόμενου, καθώς και από τη δυνατότητα (και την αμεροληψία του) να εκτιμήσει το μέγεθος των μερίδων.



Ημερολόγιο καταγραφής τροφίμων

Το ημερολόγιο καταγραφής τροφίμων αφορά την καταγραφή από τον εξεταζόμενο όλων των τροφίμων και των ποτών που καταναλώνει σε ενεστώτα χρόνο κατά τη διάρκεια ορισμένων ημερών π.χ. 7 ημερών. Μπορεί να περιλαμβάνει την καταγραφή ανά γεύμα, την καταγραφή με εύχρηστες μονάδες μέτρησης (μεζούρες), τη ζύγιση ή τη διατροφική ανάλυση όμοιας μερίδας. Το αρνητικό της μεθόδου αυτής είναι ότι απαιτεί ένα εύλογο χρονικό διάστημα διεξαγωγής της (π.χ. εβδομάδα) που μειώνει σημαντικά την προθυμία συμμετοχής των εξεταζόμενων.

Διατροφικό ιστορικό

Το διατροφικό ιστορικό συνιστά μία συνέντευξη πολλαπλών σταδίων με στόχο τη λήψη πληροφοριών για τη συνήθη διατροφική πρόσληψη ενός ατόμου. Η μέθοδος περιλαμβάνει τρία μέρη: μία ανάκληση εικοσιτετραώρου και συλλογή γενικών πληροφοριών για τις διατροφικές προτιμήσεις, ένα ερωτηματολόγιο συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων που στόχο έχει να επικυρώσει τις πληροφορίες που ελήφθησαν στα πλαίσια της ανάκλησης εικοσιτετραώρου και ένα ημερολόγιο τριήμερης καταγραφής τροφίμων. Η μέθοδος αυτή είναι εξαιρετικά χρονοβόρα (απαιτεί περίπου 2 ώρες ανά εξεταζόμενο) και ακατάλληλη για μεγάλες έρευνες. Επίσης, παρουσιάζει αδυναμίες όταν ο εξεταζόμενος σιτίζεται διαφορετικά ανά ημέρα και δεν μπορεί να προσδιοριστεί η συνήθης πρόσληψη.

Ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων

Τα ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων προσδιορίζουν και αξιολογούν τη συχνότητα κατανάλωσης συγκεκριμένων τροφίμων και ποτών. Είναι **κατάλληλα για τη συλλογή πληροφοριών σε μεγάλα δείγματα και μπορούν να συμπληρωθούν απευθείας από τους συμμετέχοντες** (self-administered questionnaires). Εναλλακτικά, οι κατά πρόσωπο συνεντεύξεις αυξάνουν τη πιθανότητα συστημικού σφάλματος σε σχέση με τα ερωτηματολόγια που συμπληρώνονται μεμονωμένα από τους συμμετέχοντες, καθώς αυξάνεται σημαντικά η έκθεση του ερωτώμενου προς τον ερωτώντα.

Το ερωτηματολόγιο μπορεί να είναι είτε απλό, είτε ημι-ποσοτικό, αναλόγως αν περιλαμβάνονται ερωτήσεις σχετικές με την ποσότητα (σε αυτή την περίπτωση διατίθενται ενδείξεις αναφορικά με το μέγεθος της μερίδας). Επίσης, ο κατάλογος των τροφίμων μπορεί να κυμαίνεται από ορισμένα επιλεγμένα τρόφιμα και θρεπτικά συστατικά μέχρι μία εξαντλητική κατάσταση τροφίμων και οι ερωτήσεις μπορεί να είναι ανοικτού ή κλειστού τύπου που κυμαίνονται από αρκετές φορές την ημέρα μέχρι μερικές φορές ετησίως.

Τα ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων παρέχουν ένα σχετικά ανέξοδο και τυποποιημένο τρόπο συλλογής πληροφοριών και **είναι κατάλληλα για**



μεγάλης κλίμακας έρευνες. Επίσης, μπορούν να συμπληρωθούν από τον ίδιο το συμμετέχοντα και να αποσταλούν ακόμα και ταχυδρομικώς.

Για τα πλαίσια του παρόντος έργου αξιολόγησης **επιλέχθηκε η μέθοδος των ερωτηματολογίων συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων**, καθώς καθίσταται φανερό ότι:

- είναι η **μόνη κατάλληλη μέθοδος** για το δείγμα της έρευνας που προσδιορίζουν οι προδιαγραφές της αναθέτουσας αρχής (τουλάχιστον 1.500 μαθητές της ομάδας παρέμβασης και τουλάχιστον 1.500 μαθητές της ομάδας ελέγχου)
- είναι η **πλέον απλή, εύληπτη και σύντομη μέθοδος** και κατά συνέπεια η **μόνη κατάλληλη να χρησιμοποιηθεί στο ευρύ κοινό** (γονείς και κηδεμόνες μαθητών), και όχι στα πλαίσια κλινικών ή άλλων ερευνών που διεξάγονται υπό ελεγχόμενες συνθήκες ή / και υπό την παρουσία και επίβλεψη ειδικευμένου ερευνητή (π.χ. ιατρού, διατροφολόγου κ.λπ.)
- είναι **ποιοτική και όχι ποσοτική** (δεν αποσκοπεί στην καταγραφή των καταναλισκόμενων ποσοτήτων, αλλά μάλλον στη συχνότητα κατανάλωσής τους), κατά συνέπεια δεν διατρέχει τους εγγενείς κινδύνους σφάλματος των ποσοτικών ερευνών που σχετίζονται με τη δυνατότητα ανάκλησης, εκτίμησης και αμερόληπτης καταγραφής των καταναλισκόμενων ποσοτήτων

3.1.1.3 Έλεγχος της αποτελεσματικότητας, εγκυρότητας και αξιοπιστίας της επιλεγείσας μεθόδου

Μία μέθοδος καταγραφής της διαιτητικής πρόσληψης μπορεί να χαρακτηριστεί αποτελεσματική, όταν παρουσιάζει υψηλή εγκυρότητα και αξιοπιστία.

Η εγκυρότητα αντικατοπτρίζει το βαθμό στον οποίο η μέθοδος που χρησιμοποιείται σε μία έρευνα μετρά την πραγματική πρόσληψη, δηλαδή οι παρατηρήσεις που καταγράφονται στο ερωτηματολόγιο πράγματι ανταποκρίνονται στην πραγματική πρόσληψη (κατανάλωση) του ερωτώμενου. **Όσον αφορά την εγκυρότητα των μετρήσεων δεν υπάρχει πρότυπη μέθοδος που να επιτρέπει να γνωρίζουμε την πραγματική διατροφική πρόσληψη.**

Κατά συνέπεια, **η εγκυρότητα των ερωτηματολογίων συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων στη διεθνή βιβλιογραφία έχει διαπιστωθεί συγκριτικά με την αξιοποίηση των ακόλουθων κατηγοριών μεθόδων αναφοράς:**

α) διατροφικές μέθοδοι αναφοράς από τις οποίες κυριότερες είναι τα ημερολόγια καταγραφής τροφίμων

β) οι βιολογικοί δείκτες, οι οποίοι βασίζονται στη μέτρηση της ενεργειακής δαπάνης του οργανισμού (η οποία επιτυγχάνεται με τη χρήση σταθερών ισωτόπων τα οποία χορηγούνται με τη μορφή διπλά σημασμένου νερού) και στη μέθοδο προσδιορισμού



συγκεκριμένων θρεπτικών συστατικών, όπως επίσης και στη σύγκρισή τους με την αντίστοιχη διαιτητική πρόσληψη αυτών

Στις περιπτώσεις όπου δεν υπάρχουν πρότυπα αναφοράς στη διεθνή βιβλιογραφία απαντώνται δύο τρόποι άμεσης αξιολόγησης της εγκυρότητας:

α) η χρησιμοποίηση μίας δοκιμής, η οποία έχει τυποποιηθεί και απλοποιηθεί, ώστε να είναι κατάλληλη για χρήσεις σε αξιολογήσεις και στη συνέχεια χρησιμοποιείται για σύγκριση με άλλες πιο συμβατικές κλινικές εκτιμήσεις

β) η αξιοποίηση μίας δοκιμής, λόγω της ικανότητάς της να προβλέψει κάποιο μελλοντικό γεγονός, όπως π.χ. η δυνατότητα ενός ερωτηματολογίου να προβλέψει μία μελλοντική ασθένεια.

Η επαναληψιμότητα αποτελεί ένδειξη εγκυρότητας της μεθόδου που μετρά τη διατροφική πρόσληψη. Ως επαναληψιμότητα ορίζεται ο βαθμός συμφωνίας των επαναλαμβανόμενων καταγραφών για το ίδιο άτομο, λαμβάνοντας υπ' όψη ότι οι συνθήκες των επανειλημμένων μετρήσεων δεν είναι ποτέ πανομοιότυπες. Η επαναληψιμότητα και η αξιοπιστία είναι όροι συνώνυμοι της επαναληψιμότητας (reproducibility). Η επαναληψιμότητα, όμως, αναφέρεται στον έλεγχο συμφωνίας των αποτελεσμάτων ενός ερωτηματολογίου κάτω από διαφορετικές συνθήκες. Για τον έλεγχο της επαναληψιμότητας απαιτείται η συλλογή επαναλαμβανόμενων μετρήσεων για το ίδιο άτομο, κάτω από τις ίδιες συνθήκες μετά από ικανό χρονικό διάστημα, ώστε ο ερωτώμενος να μην είναι σε θέση να θυμάται τις αρχικές απαντήσεις του.

Σε μία ανασκόπηση που δημοσιεύτηκε το 2009¹ μελετήθηκαν οι συντελεστές συσχέτισης μεταξύ ερωτηματολογίων συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων, τα οποία συμπληρώθηκαν δύο φορές σε διάστημα εννέα μηνών έως ενός έτους. Συνολικά εντοπίστηκαν 21 ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων και διαπιστώθηκε να έχουν λογική επαναληψιμότητα και εγκυρότητα, καθώς οι συντελεστές συσχέτισης των ιδίων ερωτηματολογίων που συμπληρώθηκαν διπλή φορά κυμαίνονταν από 0,50 έως 0,72.

Επίσης, στην Ελλάδα, το 2010 πραγματοποιήθηκε έρευνα² με σκοπό – μεταξύ άλλων – να μελετηθεί η επαναληψιμότητα ενός ημι-ποσοτικού σύντομου Ερωτηματολογίου Συχνότητας Κατανάλωσης Τροφίμων με 36 ερωτήσεις και 6 κατηγορίες αναφορικά με τη συχνότητα κατανάλωσης των τροφίμων. Η μελέτη καταλήγει στο συμπέρασμα ότι το ερωτηματολόγιο συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων αποδείχθηκε να έχει πολύ

¹ Wakai K., A Review of Food Frequency Questionnaires Developed and Validated in Japan, J. Epidemiol, 2009; 19: 1-11

² Παγουρτζή Ευανθία, Επαναληψιμότητα Διατροφικών Ερωτηματολογίων Συχνότητας Κατανάλωσης Τροφίμων και Διατροφικών Δεικτών, Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας και Διατροφής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα, 2010



καλή επαναληψιμότητα. Επιπρόσθετα, ο βαθμός της επαναληψιμότητας φαίνεται να είναι ανεξάρτητος από το πλήθος του αριθμού των ερωτήσεων και από τον αριθμό των διαμερίσεων που χρησιμοποιούνται στα ερωτηματολόγια διατροφικής αξιολόγησης. Συνεπώς, το εργαλείο αυτό μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε επιδημιολογικές μελέτες για την αποτίμηση των διατροφικών συνηθειών, λαμβάνοντας υπ' όψη την πληρότητα της πληροφορίας που απαιτείται.

Λαμβάνοντας υπ' όψη όλα τα παραπάνω και τις επιχειρησιακές συνθήκες του προγράμματος διανομής φρούτων και λαχανικών στα σχολεία, η εγκυρότητα του ερωτηματολογίου διαπιστώνεται από τα προαναφερόμενα σύμφωνα με τη δευτερογενή έρευνα που πραγματοποιήθηκε, καθώς εκτιμήθηκε ότι αποτελεί τη μοναδική τεκμηριωμένη μέθοδο καταγραφής της διαιτητικής πρόσληψης που θα μπορούσε να εφαρμοστεί στους συμμετέχοντες στο πρόγραμμα μαθητές των σχολείων, καθώς όλες οι άλλες μέθοδοι δεν θα ήταν δυνατόν να εφαρμοστούν λαμβάνοντας υπ' όψη το οργανωτικό και διαχειριστικό βάρος που θα επέφεραν σε γονείς, μαθητές και εκπαιδευτικούς με αποτέλεσμα τη μη εφαρμογή των μεθόδων αυτών και τη συνεπαγόμενη αδυναμία της προβλεπόμενης αξιολογητικής διαδικασίας.



3.2 Ερωτήματα αξιολόγησης, κριτήρια κρίσης, δείκτες

Λόγω του νεαρού της ηλικίας των μαθητών και των δυσχερειών που αυτή θα προκαλούσε στην προσπάθεια να αντληθούν αναλυτικά και έγκυρα αποτελέσματα, αποφασίστηκε ο **σχεδιασμός ενιαίου ερωτηματολογίου** με συγκεκριμένες ερωτήσεις για παιδιά και γονείς το οποίο σχεδιάστηκε να απαντηθεί στο σύνολό του από τους γονείς και επέτρεπε να αξιολογηθούν τα παρακάτω:

- Κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, γάλακτος και τροφίμων υψηλής ενεργειακής πυκνότητας από τα παιδιά
- Κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, γάλακτος και τροφίμων υψηλής ενεργειακής πυκνότητας από τους γονείς
- Γνώση των παιδιών σχετικά με τον τύπο, τις ανάγκες και τα οφέλη για την υγεία από την κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος
- Την προτίμηση των παιδιών για τα φρούτα και τα λαχανικά (τα παιδιά προτιμούν την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, πιστεύουν ότι καταναλώνουν αρκετά φρούτα και λαχανικά, θέλουν να καταναλώσουν περισσότερα;).
- Προτίμηση των παιδιών στον τρόπο διανομής των φρούτων και λαχανικών (σε τεμάχια, συσκευασμένα σε πλαστικό, με τη μορφή χυμού κ.λπ.) όπως και του γάλακτος
- Λόγοι για την κατανάλωση / μη κατανάλωση φρούτων λαχανικών και γάλακτος
- Η συμπεριφορά των γονέων προς την κατανάλωση (ποικιλία, χρόνος και συχνότητα, διαθεσιμότητα φρούτων, λαχανικών και γάλακτος στο σπίτι, τι δίνουν στα παιδιά για σνακ)

Στο ερωτηματολόγιο περιλαμβάνονται πλέον των παραπάνω σχετικών ερωτημάτων και ερωτήσεις ποιοτικού χαρακτήρα που αφορούν στην εκτίμηση της εύρυθμης λειτουργίας του προγράμματος όπως:

- Καθήκοντα και ευθύνες που ανέλαβαν σαν γονείς κατά την λειτουργία του προγράμματος
- Την εκτίμηση των γονέων σχετικά με την ποικιλία και το πλήθος των συνοδευτικών μέτρων
- Την εκτίμηση των γονέων σχετικά με τα προϊόντα που διανεμήθηκαν (παραδόσεις, τύποι προϊόντων, συνθήκες παράδοσης, επάρκεια κ.λπ.)
- Την εκτίμηση των γονέων σχετικά με τις ενέργειες προβολής και ενημέρωσης που διενεργήθηκαν για το σχολικό πρόγραμμα
- Τον βαθμό ικανοποίησης των παιδιών από τις δράσεις του προγράμματος
- Τυχόν παρατηρήσεις / προτάσεις βελτίωσης

Επίσης, το ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε με τέτοιο τρόπο, ώστε να είναι εφικτή η μέτρηση των τεθέντων δεικτών της Εθνικής Στρατηγικής για την υλοποίηση του



Προγράμματος της Ευρωπαϊκής Ενώσεως για τα σχολεία στην Ελλάδα από το σχολικό έτος 2017-2018 έως το σχολικό έτος 2022-2023 (του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων):

- Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα και καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως (στόχος αύξηση 5%)
- Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα και καταναλώνουν λαχανικά καθημερινώς (στόχος αύξηση 4%)
- Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα και καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους (στόχος αύξηση 5%)

Περαιτέρω, το ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε με τέτοιο τρόπο, ώστε να είναι εφικτή η μέτρηση της πλειονότητας των προτεινόμενων δεικτών που περιλαμβάνονται στις κατευθυντήριες γραμμές της Ευρωπαϊκής Επιτροπής (EU school fruit, vegetables and milk scheme: guidelines for the Member States' evaluation, Γενική Διεύθυνση Γεωργίας και Αγροτικής Ανάπτυξης, Ref.Ares(2018)5450792-24/10/2018) όπως:

- Μεταβολή στην άμεση και έμμεση κατανάλωση φρέσκων φρούτων και λαχανικών από τα παιδιά (ποσότητα και συχνότητα)
- Μεταβολή στην άμεση και έμμεση κατανάλωση πόσιμου γάλακτος από τα παιδιά (ποσότητα και συχνότητα)
- % των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- % των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη³ πρόσληψη μερίδων γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων ημερησίως
- Μεταβολή στο πλήθος των φρούτων και λαχανικών που μπορούν να αναγνωρίζουν τα παιδιά
- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού
- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που γνωρίζουν αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα

³ Σύμφωνα με τον Εθνικό Διατροφικό Οδηγό για βρέφη, παιδιά και εφήβους, τα παιδιά 4-8 ετών θα πρέπει να καταναλώνουν 2-3 μερίδες ημερησίως, ενώ τα παιδιά 9-18 ετών 3-4 μερίδες ημερησίως. Παρομοίως, σύμφωνα με τις οδηγίες της Ευρωπαϊκής Ένωσης και της Αμερικανικής Παιδιατρικής Ακαδημίας, τα παιδιά 2-4 ετών θα πρέπει να καταναλώνουν 2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως, ενώ τα παιδιά 4-8 ετών θα πρέπει να καταναλώνουν 2-3 μερίδες ημερησίως. Από την ηλικία των 9-18 ετών και λόγω της αύξησης της ταχύτητας ανάπτυξης και του ύψους, τα παιδιά θα πρέπει να προσλαμβάνουν περισσότερο ασβέστιο και συνεπώς οι συνιστώμενες μερίδες αυξάνονται σε 3-4 ημερησίως. Ένα ποτήρι 250 ml γάλα ή 30 γρ. τυρί τοστ (γραβιέρα ή κασέρι) ή 2 κουταλιές της σούπας μαλακό άσπρο τυρί (ανθότυρο, μυζήθρα ή κατίκι), 1 κεσεδάκι 200 gr γιαούρτι είναι ισοδύναμα με μία μερίδα γαλακτοκομικών.



- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως
- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που γνωρίζουν αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής
- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που γνωρίζουν ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία
- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά (καθώς και ένδειξη των φρούτων και λαχανικών που προτιμούν)
- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα (καθώς και ένδειξη των προϊόντων γάλακτος που προτιμούν)
- Μεταβολή στο ποσοστό των παιδιών που επιθυμούν να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα, λαχανικά και γάλα

Τέλος, το ερωτηματολόγιο παρέμεινε σταθερό καθ' όλη τη διάρκεια της έρευνας, ώστε να είναι εφικτή η σύγκριση των αποτελεσμάτων.

Στο Παράρτημα Α' παρατίθεται το σχετικό υπόδειγμα του ερωτηματολογίου.



3.3 Πηγές δεδομένων και τεχνικές συλλογής δεδομένων

Για την εξαγωγή του δείγματος της ομάδας παρέμβασης επιλέχθηκε η μέθοδος της στρωματοποιημένης τυχαίας δειγματοληψίας (stratified random sampling). Η μέθοδος αυτή προσφέρει τη δυνατότητα να αυξηθεί η ακρίβεια των εκτιμήσεων με την γνώση επιπρόσθετων πληροφοριών για την δομή του πληθυσμού.

Σύμφωνα με τη μέθοδο αυτή, ο πληθυσμός θεωρείται ως αποτελούμενος από υποπληθυσμούς μέσα στους οποίους υπάρχει μεγαλύτερη ομοιογένεια ως προς κάποιο χαρακτηριστικό από ό,τι σε ολόκληρο τον πληθυσμό. Εν συνεχεία, με κάποιο δειγματοληπτικό σχήμα, αντιπροσωπεύονται κατάλληλα όλοι οι υποπληθυσμοί στο δείγμα, ώστε να είναι δυνατόν να επιτευχθεί μικρότερη διασπορά για τις εκτιμήσεις των παραμέτρων του πληθυσμού από αυτή που εξάγεται από ένα απλό τυχαίο δείγμα του ίδιου μεγέθους που δεν λαβαίνει υπ' όψη την δυνατότητα διάκρισης του πληθυσμού σε υποπληθυσμούς.

Παράλληλα, επιλέγεται δείγμα της ομάδας ελέγχου των μαθητών από όμορα σχολεία με αυτά της παρέμβασης. Η ομάδα ελέγχου (control group) δε μετέχει στο πρόγραμμα και χρησιμεύει ως βάση σύγκρισης των αποτελεσμάτων της επίδρασης του προγράμματος σε μαθητές που μετείχαν στο πρόγραμμα σε σχέση με αυτούς που δεν μετείχαν στο πρόγραμμα. Ο αριθμός των μαθητών επιλέγεται να είναι τουλάχιστον ίσος με τον αριθμό των μαθητών του προβλεπόμενου από το πρόγραμμα αντιπροσωπευτικού δείγματος (1500 μαθητές).

Η ομάδα παρέμβασης και η ομάδα ελέγχου πρέπει να είναι στην αρχή της έρευνας ισοδύναμες ως προς τα χαρακτηριστικά τους. Για να επιτευχθεί ο στόχος αυτός πραγματοποιήθηκε, από το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων σύμφωνα με τις κατευθυντήριες οδηγίες του αναδόχου, ανάλυση πληθυσμού σχολείων παρέμβασης και ελέγχου στις περιφερειακές ενότητες που μετέχουν στο πρόγραμμα. Στις περιοχές στις οποίες τα σχολεία ελέγχου δεν επαρκούσαν για τη δημιουργία ισόποσου πληθυσμού, έγινε επιλογή σχολείων ίσης δυναμικότητας από όμορες περιφερειακές ενότητες, ή - στην περίπτωση της Κρήτης - και από περιοχές εντός της Περιφερειακής Διεύθυνσης Κρήτης.

Πιο συγκεκριμένα, επειδή τα σχολεία του Ηρακλείου έχουν παρόμοια χαρακτηριστικά με αυτά των Χανίων, και επειδή δεν επαρκούσαν τα σχολεία σε Ηράκλειο και Λασιθί για την δημιουργία ισόποσου πληθυσμού με σχολεία ελέγχου ελήφθησαν σχολεία και από τα Χανιά. Στην περιοχή της Θεσσαλονίκης έγινε προσθήκη σχολείων από όμορους νομούς για την συμπλήρωση του πληθυσμού ελέγχου διότι δεν επαρκούσαν τα εντός περιφερειακών ενότητων Ανατολικής και Δυτικής Θεσσαλονίκης. Στην Αχαΐα ο πληθυσμός ελέγχου συμπληρώθηκε με σχολικές μονάδες από Ηλεία, Αιτωλοακαρνανία και Κορινθία.



Η μεθοδολογία επιλογής δείγματος και η διαδικασία διενέργειας της έρευνας παρατίθεται αναλυτικά στο Παράρτημα Β'.

3.4 Τυχόν περιορισμοί και λύσεις που βρέθηκαν

Κατά το σχολικό έτος 2021-2022 αποφασίστηκε από το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων 8 σχολικές μονάδες (υπ' αριθμόν 2,4,5,7,9,10,15 και 16 του δείγματος της ομάδας ελέγχου) να συμμετάσχουν στο πρόγραμμα. Για το λόγο αυτό, οι προαναφερθείσες σχολικές μονάδες αφαιρέθηκαν από την ομάδα ελέγχου και αντικαταστάθηκαν από τις ακόλουθες, που δε συμμετείχαν στο πρόγραμμα, καθ' υπόδειξη του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων:

- 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΥΛΑΙΑΣ
- 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΝΗΣ
- 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΤΩ ΑΧΑΪΑΣ
- 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΑΖΙΟΥ
- 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΛΑΚΙΑ
- 3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ
- 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΥΚΗΣ
- 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ

Ανακεφαλαιώνοντας, το δείγμα της ομάδας ελέγχου για το σχολικό έτος 2021-2022 τροποποιήθηκε και απαρτίζεται από τις ακόλουθες σχολικές μονάδες:

1. 4ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΓΡΑΦΟΥ
2. 8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΔΕΣΣΑΣ
3. 8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ
4. 12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ
5. ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ «ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ»
6. 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ
7. 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ- ΟΔ. ΕΛΥΤΗΣ
8. ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΡΥΣΟΠΗΓΗΣ
9. 13ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Ν. ΣΜΥΡΝΗΣ
10. 3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ
11. 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΥΛΑΙΑΣ
12. 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΝΗΣ
13. 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΤΩ ΑΧΑΪΑΣ
14. 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΑΖΙΟΥ
15. 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΛΑΚΙΑ
16. 3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ
17. 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΥΚΗΣ
18. 1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ



4. Αποτίμηση της λειτουργίας του προγράμματος για τα σχολεία

4.1 Λογική παρέμβασης ή δεσμοί μεταξύ των προσδιορισθεισών αναγκών, των στόχων που τίθενται στη στρατηγική και των δραστηριοτήτων που διεξήχθησαν

Σύμφωνα με την Εθνική Στρατηγική για την υλοποίηση του Προγράμματος της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία στην Ελλάδα από το σχολικό έτος 2017-2018 έως το σχολικό έτος 2022-2023 (του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων) διαπιστώνεται η ανάγκη αύξησης της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών από τα παιδιά, καθώς σωρευτικά σε ημερήσια βάση οι ποσότητες που καταναλώνονται δεν ικανοποιούν την απαίτηση για συνιστώμενη ημερήσια πρόσληψη 5 μερίδων φρούτων και λαχανικών. Όσον αφορά στην κατανάλωση γάλακτος διαπιστώνεται ότι **σε ποσοστό 81,5% καταναλώνονται 2-3 μερίδες γαλακτοκομικών προϊόντων ημερησίως από παιδιά, που κρίνεται κατ' αρχάς ικανοποιητικό**, ωστόσο διατυπώνονται επιφυλάξεις αναφορικά με την κατανάλωση γαλακτοκομικών σε περιοχές με επιβαρυνμένες κοινωνικοοικονομικές συνθήκες, όπου εκτιμάται ότι η κατανάλωση θα είναι χαμηλότερη. Βάσει αυτών των διαπιστώσεων τέθηκαν οι ακόλουθοι στόχοι, που παρουσιάζονται στον πίνακα 4.1.

Πίνακας 4.1 Στόχοι εθνικής στρατηγικής για την Ελλάδα

Γενικός αντικειμενικός στόχος	Δείκτες επιπτώσεων	Ειδικοί αντικειμενικοί στόχοι	Δείκτες εκροών
Αύξηση του μεριδίου των φρούτων / λαχανικών / γάλακτος στη διαίτα των παιδιών και επίτευξη υγιεινών διατροφικών συνηθειών	Αύξηση κατά 5% στο ποσοστό κατανάλωσης 1-2 φρούτων ανά ημέρα / γάλακτος από τα παιδιά μετά την παρέμβαση	Αύξηση της κατανάλωσης φρούτων / λαχανικών / γάλακτος από παιδιά του δημοτικού σχολείου	Αύξηση κατά 5% στο ποσοστό κατανάλωσης τουλάχιστον 2 μερίδων φρούτων ημερησίως
			Αύξηση κατά 4% στο ποσοστό κατανάλωσης λαχανικών καθημερινώς
			5% αύξηση στην κατανάλωση τουλάχιστον 1 μερίδας γάλακτος στο πρωινό
		Αύξηση της γνώσης των μαθητών αναφορικά με την ποικιλία των γεωργικών προϊόντων και των υγιεινών διατροφικών συνηθειών	Πλήθος μαθητών που συμμετέχει στα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα ανά σχολικό έτος
			Δαπάνη για συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα ανά σχολικό έτος

Όσον αφορά τη διανομή, προεβλέπετο η επιλογή μεταξύ βερούκοκων, ροδάκινων, νεκταρινιών, μήλων, αχλαδιών, εσπεριδοειδών, αγγουριών, τοματών. Η διανομή αφορούσε κυρίως φρέσκα φρούτα, λαχανικά, χυμούς και κομπόστες φρούτων σε αναλογία 3-4:1 (αλλά και ελαιόλαδο και μέλι στο πλαίσιο των συνοδευτικών μέτρων). Επίσης, αφορούσε τη διανομή λευκού γάλακτος ή/και γάλακτος χωρίς λακτόζη.



Η επιλογή των γεωργικών προϊόντων έγινε με τα ακόλουθα κριτήρια:

- Θέματα υγείας
- Εποχικότητα
- Ποικιλία των προϊόντων
- Διαθεσιμότητα τοπικής παραγωγής

Επίσης, δόθηκε προτεραιότητα σε:

- Αγορά από τοπικούς προμηθευτές
- Βραχείες εφοδιαστικές αλυσίδες
- Εφαρμογή ολοκληρωμένων συστημάτων διαχείρισης

Η διανομή προβλεπόταν να γίνεται δωρεάν 1 φορά ανά 2 εβδομάδες, καθ' όλη τη διάρκεια του σχολικού έτους κατά το πρωινό διάλειμμα.

Όσον αφορά τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα προεβλέπετο:

- Επισκέψεις σε αγροκτήματα, παραγωγούς, λαϊκές αγορές, γαλακτοβιομηχανίες, αγροτικούς συνεταιρισμούς κ.λπ. με σκοπό να γνωρίσουν οι μαθητές την προέλευση των φρούτων, λαχανικών και γάλακτος και την παραγωγική διαδικασία τους
- Γευστικές δοκιμές και εργαστήρια μαγειρικής με σκοπό να εξοικειώσουν τους μαθητές με την ποικιλία των υλικών και τον τρόπο μαγειρέματος
- Μαθήματα, σεμινάρια, εργαστήρια και παιχνίδια με σκοπό να διδάξουν τους μαθητές υγιεινές διατροφικές συμπεριφορές, καθώς και τη σημασία των φρούτων, λαχανικών και γάλακτος στο διαιτολόγιο και να τους ενθαρρύνουν να υιοθετήσουν υγιεινές διατροφικές συνήθειες.

Τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα θα συνδυάζονταν με τα υφιστάμενα μαθήματα και δράσεις του εγκυκλίου προγράμματος των δημοτικών σχολείων, ώστε να έχουν ουσιαστικό αντίκτυπο και να εντυπωθούν στη μνήμη των μαθητών.

Οι δράσεις ενημέρωσης / επικοινωνίας – προβολής προέβλεπαν:

- Την ανάπτυξη ειδικής ενότητας στην ιστοσελίδα του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων με ανάρτηση πληροφοριών και υλικού δημοσιότητας, νέων, δελτίων τύπου κ.λπ.
- Δελτία τύπου και ενημερωτικές εκστρατείες στα ΜΜΕ
- Αφίσα για κάθε συμμετέχον σχολείο
- Αναμνηστικό ενθύμιο για κάθε μαθητή

Από την αξιολόγηση της λογικής παρέμβασης, προκύπτει ότι **θα ήταν χρήσιμη μια πιο ενδεδειγμένη ανάλυση των αναγκών και των προβλημάτων που το πρόγραμμα καλείτο να αντιμετωπίσει**. Ενώ διαπιστώθηκαν εύστοχα οι ανάγκες αύξησης της



κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών, δεν αναλύθηκαν οι ανάγκες όσον αφορά τη γνώση και τη στάση των μαθητών απέναντι στα γεωργικά προϊόντα.

Ως αποτέλεσμα, η στόχευση του προγράμματος όσον αφορά τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα είναι αρκετά γενική. Επίσης, η στόχευση του προγράμματος περιορίστηκε στην αύξηση της ελάχιστης κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών.

Οι δράσεις του προγράμματος κρίνονται κατάλληλες για να αντιμετωπίσουν τις προσδιορισμένες ανάγκες και προβλήματα, συνεπείς προς το γενικό σχεδιασμό του Προγράμματος της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία και προστιθέμενης αξίας, καθώς προβλέπεται ο συνδυασμός τους με το εγκύκλιο πρόγραμμα σπουδών του δημοτικού σχολείου. **Μόνη παρατήρηση η περιορισμένη ποικιλία στα λαχανικά,** καθώς προβλέπεται η διανομή μόνο δύο ειδών λαχανικών (τομάτας τύπου cherry και αγγουριού τύπου Κνωσσού).



4.2 Βασικά πρότυπα ή τάσεις όσον αφορά τα συμμετέχοντα σχολεία/παιδιά

Στο πρόγραμμα συμμετείχαν συνολικά 898 σχολικές μονάδες από τις Περιφερειακές Ενότητες Α', Β', Γ' και Δ' Αθήνας, Πειραιά, Δυτικής Αττικής, Ανατολικής και Δυτικής Θεσσαλονίκης, Αχαΐας, Ηρακλείου και Ρεθύμνου και 76.598 μαθητές, καλύπτοντας περιοχές από όλη την ελληνική επικράτεια.

Πίνακας 4.2 Συμμετέχουσες σχολικές μονάδες και πλήθος μαθητών κατά το σχολικό έτος 2021-2022

Περιφέρεια	Σχολικές Μονάδες	Μαθητές δ' τάξεως	Μαθητές ε' τάξεως	Μαθητές στ' τάξεως	Σύνολο μαθητών
Αττικής	415	12.132	12.178	12.743	37.053
Κεντρικής Μακεδονίας	265	7.377	7.791	8.193	23.405
Δυτικής Ελλάδος	102	2.242	2.420	2.400	7.062
Κρήτης	116	2.960	2.996	3.162	9.078
Σύνολο	898	24.711	25.385	26.498	76.598

Η έρευνα για την μέτρηση της πρόσληψης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος κατά τη φάση 0 (πριν την παρέμβαση) κατέδειξε ότι οι απαντήσεις της ομάδας ελέγχου (μαθητές σχολείων που δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα) βρίσκονται σε σχετική αντιστοιχία με τις απαντήσεις της ομάδας παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα), οπότε μπορεί εύλογα να θεωρηθεί ότι **οι δύο ομάδες (παρέμβασης και ελέγχου) κατά τη φάση 0, δηλαδή πριν την παρέμβαση, ξεκινούν από κοινή βάση.**

Πίνακας 4.3 Τιμές Μεταβλητών δεικτών αξιολόγησης κατά τη φάση 0

Μεταβλητές δεικτών αξιολόγησης	Φάση 0		
	Ομάδα Παρέμβασης	Ομάδα Ελέγχου	%Δ
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως	40,33%	44,10%	-3,77%
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους	91,76%	93,72%	-1,96%
% των μαθητών που καταναλώνουν καθημερινά λαχανικά	24,56%	24,75%	-0,19%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως	7,38%	6,96%	0,42%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως	5,87%	6,92%	-1,05%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 φρούτα	56,45%	58,21%	-1,76%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 λαχανικά	34,69%	42,35%	-7,66%
% των μαθητών που γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού	88,93%	89,23%	-0,30%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα	48,70%	51,26%	-2,56%
% των μαθητών που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	2,99%	4,08%	-1,09%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής	54,23%	56,26%	-2,03%
% των μαθητών που γνωρίζουν ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία	89,14%	90,97%	-1,83%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά	88,05%	85,01%	3,04%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα	90,66%	89,07%	1,59%



% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά	40,99%	38,30%	2,69%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερο γάλα	40,11%	36,85%	3,26%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	5,99%	7,44%	-1,45%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες γαλακτοκομικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	15,80%	18,38%	-2,58%

Η μόνη πραγματικά αξιοσημείωτη διαφορά είναι στο ποσοστό των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 λαχανικά (η ομάδα παρέμβασης υστερεί κατά 7,66%). Ωστόσο, η μέση τιμή των διαφορών (μεταξύ ομάδας παρέμβασης και ομάδας ελέγχου) στις τιμές των μεταβλητών ανέρχεται σε -0,93%, που σημαίνει **ότι δεν υφίσταται κάποια ουσιαστική διαφοροποίηση στις διατροφικές συνήθειες, τη γνώση ή τη στάση των μαθητών και των γονέων και κηδεμόνων τους απέναντι στα γεωργικά προϊόντα που να χρήζει διερεύνησης σε σχέση με το κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο των περιοχών παρέμβασης.**

Όσον αφορά την ομάδα παρέμβασης παρατηρείται ότι η συχνότητα και η ποσότητα κατανάλωσης φρούτων από τα παιδιά είναι αντίστοιχη με αυτή των γονέων τους. Τα παιδιά τρώνε τόσα φρούτα όσο και οι γονείς τους με κάποια αμυδρή τάση να δίνεται μεγαλύτερη έμφαση στη διατροφή των παιδιών, ιδίως ως προς τις ποσότητες. Αντιθέτως, τα λαχανικά εμφανίζονται πιο δύσκολα να ενταχθούν στη διατροφή των παιδιών. Γενικά, παρατηρείται ότι πέραν της χωριάτικης σαλάτας και του καρότου, τα παιδιά δεν είναι ιδιαίτερα εξοικειωμένα με τα λαχανικά.

Επίσης, η κατανάλωση γάλακτος είναι μία συνήθεια που αφορά πολύ περισσότερο τα παιδιά παρά τους γονείς.

Τέλος, σύμφωνα με τις απαντήσεις των ερωτώμενων, το γρήγορο / πρόχειρο φαγητό φαίνεται ότι δεν αποτελεί καθημερινή επιλογή για την ελληνική οικογένεια.

Σε κάθε περίπτωση η κατανάλωση φρούτων και λαχανικών κυμαίνεται σε μη ικανοποιητικά επίπεδα, ενώ στην περίπτωση του γάλακτος, τα στοιχεία είναι κάπως πιο ενθαρρυντικά.

Η μειωμένη – σε σχέση με τις συνιστώμενες ποσότητες – κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος δεν μπορεί να αποδοθεί στην έλλειψη διαθεσιμότητας των τροφίμων αυτών στο σπίτι. Αντιθέτως, μπορεί να αποδοθεί στην άγνοια των γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες κατανάλωσης.

Τα παιδιά εμφανίζονται σχετικά ενημερωμένα σε θέματα διατροφής, ωστόσο, μόλις το 2,99% των παιδιών γνωρίζει η συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών είναι τουλάχιστον 5 μερίδες ημερησίως. Επίσης, παρατηρείται σχετική άγνοια αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα και τις αρχές της μεσογειακής διατροφής (διατροφική πυραμίδα).



4.2.1 Αποτελέσματα της μέτρησης πριν την παρέμβαση (φάση 0)

4.2.1.1 Καταναλωτικές συνήθειες και διατροφική στάση της οικογένειας

Από την εξέταση των πινάκων 4.4, 4.5, 4.6 και 4.7 προκύπτει ότι **η συχνότητα και η ποσότητα κατανάλωσης φρούτων από τα παιδιά είναι αντίστοιχη με αυτή των γονέων τους**. Δηλαδή τα παιδιά τρώνε τόσα φρούτα όσο και οι γονείς τους με κάποια αμυδρή τάση να δίνεται μεγαλύτερη έμφαση στη διατροφή των παιδιών, ιδίως ως προς τις ποσότητες. Αντιθέτως, τα λαχανικά εμφανίζονται πιο δύσκολα να ενταχθούν στη διατροφή των παιδιών, καθώς οι γονείς καταναλώνουν συχνότερα και περισσότερα λαχανικά εν γένει. Τέλος, η κατανάλωση γάλακτος είναι μία συνήθεια που αφορά πολύ περισσότερο τα παιδιά παρά τους γονείς.

Σε κάθε περίπτωση η κατανάλωση φρούτων και λαχανικών κυμαίνεται σε μη ικανοποιητικά επίπεδα, καθώς μόλις το 44% των παιδιών καταναλώνουν φρούτα καθημερινώς και μόλις το 25% των παιδιών λαχανικά καθημερινώς. Επίσης, μόλις το 7% των παιδιών καταναλώνει τουλάχιστον 5 μερίδες φρούτων και λαχανικών την ημέρα που είναι η συνιστώμενη ποσότητα.

Στην περίπτωση του γάλακτος, τα στοιχεία είναι πιο ενθαρρυντικά, καθώς το 74% των παιδιών πίνει καθημερινά γάλα και το 42% καταναλώνει 2-4 μερίδες γάλα το πρωί ημερησίως που είναι ικανοποιητική ποσότητα.

Πίνακας 4.4 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	3,37%	0,84%	25,04%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	37,71%	41,27%	25,55%
5-6 φορές την εβδομάδα	17,17%	21,43%	7,11%
Καθημερινά	41,75%	36,46%	42,30%

Πίνακας 4.5 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	4,48%	1,94%	37,98%
1 μερίδα / ημέρα	61,25%	62,42%	47,41%
2 μερίδες / ημέρα	27,07%	27,79%	11,21%
3-4 μερίδες / ημέρα	5,75%	6,33%	1,95%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	1,44%	1,52%	1,44%

Πίνακας 4.6 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	1,94%	5,15%	4,73%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	35,33%	53,08%	13,92%
5-6 φορές την εβδομάδα	18,63%	17,22%	7,51%
Καθημερινά	44,10%	24,56%	73,84%



Πίνακας 4.7 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,20%	6,45%	8,25%
1 μερίδα / ημέρα	57,46%	73,09%	46,94%
2 μερίδες / ημέρα	30,25%	15,96%	36,31%
3-4 μερίδες / ημέρα	9,32%	3,90%	5,87%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	0,76%	0,59%	2,64%

Η μειωμένη – σε σχέση με τις συνιστώμενες ποσότητες – κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος δεν μπορεί να αποδοθεί στην έλλειψη διαθεσιμότητας των τροφίμων αυτών στο σπίτι, καθώς τα νοικοκυριά που αγοράζουν περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα φρούτα και λαχανικά ανέρχονται σε ποσοστό 76% και γάλα σε ποσοστό 90%. Επίσης, το 47% των γονέων και κηδεμόνων ετοιμάζει για κολατσιό των παιδιών στο σχολείο κάτι που περιλαμβάνει φρούτα, λαχανικά ή γάλα. Στους πίνακες 4.8 και 4.9 παρουσιάζονται τα σχετικά στοιχεία.

Πίνακας 4.8 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	0,17%	1,21%
1-2 φορές το μήνα	2,54%	1,98%
3-4 φορές το μήνα	20,95%	6,63%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	60,73%	42,72%
Καθημερινά	15,61%	47,46%

Πίνακας 4.9 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	29,18%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	15,48%
Γάλα λευκό	2,34%
Άλλο	52,20%
Τίποτε	0,80%

Αντιθέτως, η μειωμένη κατανάλωση μπορεί να αποδοθεί στην άγνοια των γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες κατανάλωσης. Συγκεκριμένα, μόλις το 6% των γονέων και κηδεμόνων φέρεται να γνωρίζει ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως και μόλις το 16% ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως για τα παιδιά.

Πίνακας 4.10 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	1,11%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	55,91%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	28,85%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	5,99%
Δεν γνωρίζω	8,13%



Πίνακας 4.11 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	3,93%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	69,77%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	15,80%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	1,96%
Δεν γνωρίζω	8,54%

Τέλος, σύμφωνα με τις απαντήσεις των ερωτώμενων, το γρήγορο / πρόχειρο φαγητό φαίνεται ότι δεν έχει θέση στο ελληνικό τραπέζι, καθώς το 66% των γονέων και κηδεμόνων και το 70% των μαθητών καταναλώνουν σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ. σπανιότερα από 1 φορά την εβδομάδα.

Πίνακας 4.12 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	65,79%
1-2 φορές την εβδομάδα	30,30%
3-4 φορές την εβδομάδα	3,06%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,85%

Πίνακας 4.13 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	70,25%
1-2 φορές την εβδομάδα	26,43%
3-4 φορές την εβδομάδα	2,64%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,68%

4.2.1.2 Προτιμώμενα φρούτα και λαχανικά από τα παιδιά

Από την ανάλυση των στοιχείων του ερωτηματολογίου συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων που διενεμήθηκε προέκυψε ότι τα πιο δημοφιλή (δηλαδή αυτά που καταναλώνονται σε καθημερινή βάση) φρούτα και λαχανικά είναι τα ακόλουθα (Πίνακας 4.14):



Πίνακας 4.14 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Μήλο	30,68%	Καρύδι	5,01%
Πορτοκάλι	28,87%	Λάχανο	4,81%
Μπανάνα	28,31%	Αμύγδαλο	4,67%
Κρεμμύδι	22,48%	Μπρόκολο	4,30%
Αγγούρι	20,58%	Σύκο	4,09%
Σταφύλι	20,43%	Ακτινίδιο	2,73%
Ντομάτα	19,72%	Φασολάκι	2,31%
Καρπούζι	18,83%	Κάστανο	2,18%
Μανταρίνι	18,06%	Σέλινο	2,16%
Ροδάκινο	17,21%	Σπανάκι	1,48%
Κεράσι	15,29%	Κολοκυθάκι	1,41%
Φράουλα	13,21%	Μελιτζάνα	1,22%
Λεμόνι	11,94%	Ανανάς	1,20%
Καρότο	11,69%	Παντζάρι	1,12%
Αχλάδι	10,78%	Αρακάς	0,89%
Πεπόνι	10,49%	Βλίτα	0,65%
Βερίκοκο	9,68%	Γκρέιπ φρουτ	0,37%
Μαρούλι	8,76%	Κουνουπίδι	0,37%
Σταφίδα	8,26%	Αγκινάρα	0,27%
Πιπεριά	6,47%	Αβοκάντο	0,18%

Παρατηρείται ότι στις 10 πρώτες θέσεις κυριαρχούν τα φρούτα (7 εμφανίσεις) και παρεμβάλλονται μόνο 3 λαχανικά (κρεμμύδι, αγγούρι, ντομάτα) τα οποία είναι κύρια συστατικά της διαδεδομένης χωριάτικης σαλάτας, καθώς και της σάλτσας ντομάτας που απαντάται σε πολλά μαγειρευτά. **Μπορεί επομένως να συναχθεί το συμπέρασμα ότι πέραν της χωριάτικης σαλάτας και του καρότου, τα παιδιά δεν είναι ιδιαίτερα εξοικειωμένα με τα λαχανικά.**

4.2.1.3 Διατροφική στάση των παιδιών

Από τους πίνακες 4.15, 4.16, 4.17 και 4.18 προκύπτει ότι τα παιδιά αρέσκονται στην κατανάλωση φρούτων και λαχανικών (88%) και γάλακτος (91%), αλλά μόλις το 40% θα επιθυμούσε να καταναλώνει περισσότερο, στοιχείο μάλλον προβληματικό, καθώς, όπως προαναφέρθηκε, παρατηρείται υποκατανάλωση των συγκεκριμένων τροφίμων. Ως κύριοι λόγοι κατανάλωσης εμφανίζονται λόγοι προτίμησης – γεύσης (37% για φρούτα και λαχανικά και 45% για γάλα) και ακολουθούν λόγοι υγείας (35%). Κατά συνέπεια, η περαιτέρω εξοικείωση και ευαισθητοποίηση των παιδιών μπορεί να οδηγήσει στην αυξημένη κατανάλωση. Τέλος, υπάρχει σαφής προτίμηση για κατανάλωση των φρούτων και λαχανικών όταν είναι καθαρισμένα και τεμαχισμένα (59%) ή στυμμένα (22%), οπότε η αύξηση της διαθεσιμότητας των φρούτων και λαχανικών σε αυτή τη μορφή μπορεί επίσης να συντελέσει στην αύξηση της κατανάλωσης.

Πίνακας 4.15 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	88,05%	90,66%
Όχι	11,95%	9,34%



Πίνακας 4.16 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	40,99%	40,11%
Όχι	59,01%	59,89%

Πίνακας 4.17 Κύριο λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	36,68%	44,89%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	35,39%	34,98%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	4,20%	2,58%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	22,19%	16,31%
Για άλλους λόγους:	1,54%	1,24%

Πίνακας 4.18 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	59,32%
Σε χυμό	22,23%
Ολόκληρα, πλυμένα και συσκευασμένα	15,15%
Αποξηραμένα	3,29%

Τα παιδιά εμφανίζονται σχετικά ενημερωμένα σε θέματα διατροφής, το 56,45% είναι σε θέση να αναγνωρίσει πάνω από 10 φρούτα και το 34,69% πάνω από 10 λαχανικά, το 88,93% γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί, το 48,70% γνωρίζει την ύπαρξη βιολογικών προϊόντων, το 89,14% γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία και το 54,23% γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής. Ωστόσο, μόλις το 2,99% των παιδιών γνωρίζει η συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών είναι τουλάχιστον 5 μερίδες ημερησίως.

Πίνακας 4.19 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	6,85%	19,63%
6 έως 10	36,70%	45,69%
11 έως 15	26,92%	12,86%
16 έως 20	10,93%	6,77%
Πάνω από 20	18,60%	15,06%

Πίνακας 4.20 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	88,93%
Όχι	11,07%

Πίνακας 4.21 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	48,70%
Όχι	51,30%

Πίνακας 4.22 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	89,14%
Όχι	10,86%



Πίνακας 4.23 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	8,48%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	64,64%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	13,26%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	2,99%
Δεν γνωρίζει	10,63%

Πίνακας 4.24 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	54,23%
Όχι	45,77%

4.2.1.4 Παρουσίαση αποτελεσμάτων ομάδας ελέγχου

Στους πίνακες που ακολουθούν παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της έρευνας που πραγματοποιήθηκε στην ομάδα ελέγχου. **Γενικότερα, οι απαντήσεις της ομάδας ελέγχου βρίσκονται σε πλήρη αντιστοιχία με τις απαντήσεις της ομάδας παρέμβασης, οπότε μπορεί εύλογα να θεωρηθεί ότι οι δύο ομάδες (παρέμβασης και ελέγχου) κατά τη φάση 0, δηλαδή πριν την παρέμβαση, ξεκινούν από κοινή βάση.**

Πίνακας 4.25 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	3,37%	1,08%	24,49%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	41,05%	41,36%	26,95%
5-6 φορές την εβδομάδα	15,54%	20,86%	8,02%
Καθημερινά	40,04%	36,70%	40,53%

Πίνακας 4.26 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	4,06%	1,60%	37,28%
1 μερίδα / ημέρα	61,86%	60,16%	47,38%
2 μερίδες / ημέρα	26,54%	30,33%	11,41%
3-4 μερίδες / ημέρα	6,02%	6,24%	2,40%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	1,52%	1,67%	1,53%

Πίνακας 4.27 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	2,73%	5,40%	4,12%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	30,86%	50,43%	11,26%
5-6 φορές την εβδομάδα	21,15%	19,42%	8,74%
Καθημερινά	45,25%	24,75%	75,88%

Πίνακας 4.28 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,68%	6,37%	6,27%
1 μερίδα / ημέρα	53,22%	69,88%	46,07%
2 μερίδες / ημέρα	34,42%	19,55%	37,27%
3-4 μερίδες / ημέρα	8,60%	3,11%	6,92%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	1,08%	1,09%	3,46%



Πίνακας 4.29 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	0,29%	1,17%
1-2 φορές το μήνα	2,26%	2,42%
3-4 φορές το μήνα	17,54%	5,71%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	63,10%	41,90%
Καθημερινά	16,81%	48,79%

Πίνακας 4.30 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	29,22%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	17,89%
Γάλα λευκό	1,54%
Άλλο	50,84%
Τίποτε	0,50%

Πίνακας 4.31 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	0,79%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	56,65%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	27,17%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	7,44%
Δεν γνωρίζω	7,95%

Πίνακας 4.32 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	2,24%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	68,23%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	18,38%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	2,32%
Δεν γνωρίζω	8,83%

Πίνακας 4.33 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	65,94%
1-2 φορές την εβδομάδα	29,86%
3-4 φορές την εβδομάδα	3,70%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,51%

Πίνακας 4.34 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	70,32%
1-2 φορές την εβδομάδα	27,72%
3-4 φορές την εβδομάδα	1,60%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,36%



Πίνακας 4.35 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Μήλο	32,95%	Λάχανο	6,57%
Πορτοκάλι	31,80%	Καρόδι	5,25%
Μπανάνα	31,56%	Σύκο	4,44%
Κρεμμύδι	26,49%	Μπρόκολο	3,85%
Ντομάτα	22,71%	Αμύγδαλο	3,63%
Σταφύλι	22,10%	Κολοκυθάκι	2,87%
Αγγούρι	20,77%	Παντζάρι	2,68%
Μανταρίνι	20,42%	Κάστανο	2,42%
Καρπούζι	19,74%	Φασολάκι	2,39%
Ροδάκινο	18,89%	Σέλινο	2,28%
Κεράσι	18,67%	Ακτινίδιο	2,18%
Φράουλα	15,49%	Αρακάς	1,91%
Λεμόνι	14,78%	Σπανάκι	1,78%
Αχλάδι	12,97%	Μελιτζάνα	1,59%
Καρότο	11,71%	Κουνουπίδι	1,47%
Πεπόνι	11,53%	Βλίτα	1,10%
Βερίκοκο	11,37%	Ανανάς	1,02%
Μαρούλι	9,05%	Γκρέιπ φρουτ	0,88%
Σταφίδα	8,49%	Αβοκάντο	0,39%
Πιπεριά	7,23%	Αγκινάρα	0,24%

Πίνακας 4.36 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	85,01%	89,07%
Όχι	14,99%	10,93%

Πίνακας 4.37 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	38,30%	36,85%
Όχι	61,70%	63,15%

Πίνακας 4.38 Κύριο λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	36,40%	47,22%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	35,06%	33,80%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	3,79%	2,65%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	23,56%	15,00%
Για άλλους λόγους:	1,19%	1,33%

Πίνακας 4.39 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	59,90%
Σε χυμό	24,08%
Ολόκληρα, πλυμένα και συσκευασμένα	12,58%
Αποξηραμένα	3,44%

Πίνακας 4.40 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	6,31%	20,17%
6 έως 10	35,48%	37,48%
11 έως 15	21,60%	14,74%
16 έως 20	15,15%	10,01%
Πάνω από 20	21,46%	17,60%



Πίνακας 4.41 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	89,23%
Όχι	10,77%

Πίνακας 4.42 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	51,26%
Όχι	48,74%

Πίνακας 4.43 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	90,97%
Όχι	9,03%

Πίνακας 4.44 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	6,07%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	62,20%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	15,29%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	4,08%
Δεν γνωρίζει	12,36%

Πίνακας 4.45 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	56,26%
Όχι	43,74%

4.2.1.5 Τιμές βάσης κατά τη φάση 0 (πριν την παρέμβαση) των δεικτών αξιολόγησης

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζονται οι τιμές βάσης, δηλαδή οι τιμές κατά τη φάση 0 (πριν την παρέμβαση) των δεικτών που θα χρησιμοποιηθούν για την αξιολόγηση του προγράμματος.



Πίνακας 4.46 Τιμές βάσης κατά τη φάση 0 των δεικτών αξιολόγησης

Μεταβλητές δεικτών αξιολόγησης	Τιμή Βάσης Ομάδας Παρέμβασης	Τιμή Βάσης Ομάδας Ελέγχου
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως	40,33%	44,10%
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους	91,76%	93,72%
% των μαθητών που καταναλώνουν καθημερινά λαχανικά	24,56%	24,75%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως	7,38%	6,96%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως	5,87%	6,92%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 φρούτα	56,45%	58,21%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 λαχανικά	34,69%	42,35%
% των μαθητών που γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού	88,93%	89,23%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα	48,70%	51,26%
% των μαθητών που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	2,99%	4,08%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	5,99%	7,44%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες γαλακτοκομικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	15,80%	18,38%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής	54,23%	56,26%
% των μαθητών που γνωρίζουν ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία	89,14%	90,97%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά	88,05%	85,01%
10 δημοφιλέστερα φρούτα και λαχανικά	Μήλο, Πορτοκάλι, Μπανάνα, Κρεμμύδι, Αγγούρι, Σταφύλι, Ντομάτα, Καρπούζι, Μανταρίνι, Ροδάκινο	Μήλο, Πορτοκάλι, Μπανάνα, Κρεμμύδι, Ντομάτα, Σταφύλι, Αγγούρι, Μανταρίνι, Καρπούζι, Ροδάκινο
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα	90,66%	89,07%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά	40,99%	38,30%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερο γάλα	40,11%	36,85%



4.2.2 Αποτελέσματα της μέτρησης μετά την παρέμβαση (φάση 1)

4.2.2.1 Καταναλωτικές συνήθειες και διατροφική στάση της οικογένειας

Από την εξέταση των πινάκων 4.47, 4.48, 4.49 και 4.50 προκύπτει ότι **η κατανάλωση φρούτων και λαχανικών δεν διαφοροποιήθηκε και παραμένει σε χαμηλά επίπεδα**, καθώς μόλις το 37% των παιδιών καταναλώνουν φρούτα καθημερινώς (από 44% στη φάση 0) και μόλις το 29% των παιδιών λαχανικά καθημερινώς (από 25% στη φάση 0). Επίσης, μόλις το 13,53% των παιδιών καταναλώνει τουλάχιστον 5 μερίδες φρούτων και λαχανικών την ημέρα που είναι η συνιστώμενη ποσότητα (από 7,38% στη φάση 0).

Στην περίπτωση του γάλακτος επίσης δεν παρατηρήθηκε κάποια πρόοδος, καθώς το 49% των παιδιών πίνει καθημερινά γάλα (74% και στη φάση 0) και το 34,27% καταναλώνει 2-4 μερίδες γάλα το πρωί ημερησίως που είναι ικανοποιητική ποσότητα (42,18% στη φάση 0).

Όσον αφορά τους γονείς και κηδεμόνες, παρατηρείται μείωση κατά -3,51% στο ποσοστό που καταναλώνει καθημερινά φρούτα, αύξηση κατά 2,17% στο ποσοστό που καταναλώνει καθημερινά λαχανικά και μείωση κατά -6,79% στο ποσοστό που καταναλώνει καθημερινά γάλα. Επίσης, αυξήθηκε κατά 6,36% το ποσοστό που καταναλώνει τουλάχιστον 5 μερίδες φρούτων και λαχανικών την ημέρα. **Παρατηρείται δηλαδή μία ανάμεικτη εικόνα με αυξομειώσεις στους διάφορους δείκτες.**

Πίνακας 4.47 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	2,38%	0,52%	23,16%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	40,00%	39,25%	33,75%
5-6 φορές την εβδομάδα	19,38%	21,60%	7,58%
Καθημερινά	38,24%	38,63%	35,51%

Πίνακας 4.48 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,91%	1,04%	35,10%
1 μερίδα / ημέρα	49,74%	51,98%	45,10%
2 μερίδες / ημέρα	33,30%	32,54%	13,23%
3-4 μερίδες / ημέρα	12,49%	12,37%	5,00%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	1,56%	2,08%	1,56%

Πίνακας 4.49 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	1,97%	2,62%	9,75%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	37,62%	42,78%	28,50%
5-6 φορές την εβδομάδα	23,42%	25,73%	12,61%
Καθημερινά	36,99%	28,87%	49,15%



Πίνακας 4.50 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,82%	3,53%	11,21%
1 μερίδα / ημέρα	49,01%	61,20%	51,71%
2 μερίδες / ημέρα	33,99%	23,76%	26,79%
3-4 μερίδες / ημέρα	12,10%	9,23%	7,48%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	2,09%	2,28%	2,80%

Υψηλή παραμένει η διαθεσιμότητα φρούτων, λαχανικών και γάλακτος στο σπίτι, καθώς τα νοικοκυριά που αγοράζουν περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα φρούτα και λαχανικά ανέρχονται σε ποσοστό 64% (από 76% στη φάση 0) και γάλα σε ποσοστό 74% (90% στη φάση 0). Επίσης, **διαφαίνεται κάποια ευαισθητοποίηση των γονέων και κηδεμόνων**, καθώς το 77% (από 47% στη φάση 0) αυτών ετοιμάζει για κολατσιό των παιδιών στο σχολείο κάτι που περιλαμβάνει φρούτα, λαχανικά ή γάλα. Στους πίνακες 4.51 και 4.52 παρουσιάζονται τα σχετικά στοιχεία.

Πίνακας 4.51 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	1,45%	3,43%
1-2 φορές το μήνα	8,28%	7,82%
3-4 φορές το μήνα	25,78%	14,47%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	53,31%	52,84%
Καθημερινά	11,18%	21,44%

Πίνακας 4.52 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	40,39%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	32,65%
Γάλα λευκό	3,73%
Άλλο	20,52%
Τίποτε	2,71%

Αντιθέτως, παραμένει η άγνοια των γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες κατανάλωσης. Συγκεκριμένα, μόλις το 5,00% (5,99% στη φάση 0) των γονέων και κηδεμόνων φέρεται να γνωρίζει ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως και μόλις το 16,11% (15,80% στη φάση 0) ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως για τα παιδιά.

Πίνακας 4.53 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	3,65%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	53,02%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	31,46%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	5,00%
Δεν γνωρίζω	6,88%



Πίνακας 4.54 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	4,89%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	67,46%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	16,11%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	4,99%
Δεν γνωρίζω	6,55%

Τέλος, σύμφωνα με τις απαντήσεις των ερωτώμενων, **προκύπτει ανάγκη ευαισθητοποίησης αναφορικά με το γρήγορο / πρόχειρο φαγητό**, καθώς μειώθηκε κατά -15,35% το ποσοστό των μαθητών που καταναλώνουν σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ. σπανιότερα από 1 φορά την εβδομάδα.

Πίνακας 4.55 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	58,25%
1-2 φορές την εβδομάδα	34,45%
3-4 φορές την εβδομάδα	5,43%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	1,88%

Πίνακας 4.56 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	54,90%
1-2 φορές την εβδομάδα	38,96%
3-4 φορές την εβδομάδα	4,90%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	1,25%



4.2.2.2 Προτιμώμενα φρούτα και λαχανικά από τα παιδιά

Από την ανάλυση των στοιχείων του ερωτηματολογίου συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων που διενεμήθηκε προέκυψε ότι τα πιο δημοφιλή (δηλαδή αυτά που καταναλώνονται σε καθημερινή βάση) φρούτα και λαχανικά είναι τα ακόλουθα (Πίνακας 4.57):

Πίνακας 4.57 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Αγγούρι	16,09%	Αχλάδι	4,76%
Μήλο	15,69%	Μελιτζάνα	4,41%
Ντομάτα	13,67%	Καρύδι	4,33%
Μπανάνα	13,66%	Αμύγδαλο	4,18%
Πορτοκάλι	10,91%	Λάχανο	3,44%
Κεράσι	10,49%	Κολοκυθάκι	3,02%
Μανταρίνι	10,44%	Σταφίδα	2,81%
Καρπούζι	10,20%	Κάστανο	2,67%
Κρεμμύδι	9,78%	Φασολάκι	2,24%
Λεμόνι	9,29%	Βλίτα	1,91%
Καρότο	7,74%	Αρακάς	1,80%
Μαρούλι	7,72%	Σύκο	1,63%
Πεπόνι	7,28%	Κουνουπίδι	1,59%
Φράουλα	7,17%	Γκρέιπ-φρουτ	1,48%
Ροδάκινο	7,14%	Ακτινίδιο	1,48%
Σταφύλι	7,09%	Σέλινο	1,07%
Παντζάρι	6,42%	Αβοκάντο	0,96%
Μπρόκολο	6,38%	Αγκινάρα	0,85%
Πιπεριά	5,43%	Ανανάς	0,74%
Βερύκοκο	4,90%	Σπανάκι	0,43%

Παρατηρείται πιο ισορροπημένη εικόνα σε σχέση με τη φάση 0, καθώς στις 10 πρώτες θέσεις 6 θέσεις καταλαμβάνουν τα φρούτα και 4 τα λαχανικά και, παράλληλα, παρατηρείται αύξηση της δημοφιλίας σε πολλά είδη λαχανικών στην πρώτη εικοσάδα.



4.2.2.3 Διατροφική στάση των παιδιών

Από τους πίνακες 4.58, 4.59, 4.60 και 4.61 προκύπτει ότι **τα παιδιά αρέσκονται στην κατανάλωση** φρούτων και λαχανικών (90% έναντι 88% στη φάση 0) και γάλακτος (87% έναντι 91% στη φάση 0), **αλλά δεν υπάρχει έντονη επιθυμία για μεγαλύτερη κατανάλωση** (45% θα επιθυμούσε περισσότερα φρούτα και λαχανικά έναντι 41% κατά τη φάση 0 και 36% περισσότερο γάλα έναντι 40% στη φάση 0).

Ως κύριοι λόγοι κατανάλωσης εμφανίζονται λόγοι προτίμησης – γεύσης (42% για φρούτα και λαχανικά και 51% για γάλα) και ακολουθούν λόγοι υγείας (40% και 37% αντίστοιχα), όπως και στη φάση 0.

Τέλος, παραμένει η σαφής προτίμηση για κατανάλωση των φρούτων και λαχανικών όταν είναι καθαρισμένα και τεμαχισμένα ή στυμμένα.

Πίνακας 4.58 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	90,36%	86,56%
Όχι	9,64%	13,44%

Πίνακας 4.59 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	44,54%	35,50%
Όχι	55,46%	64,50%

Πίνακας 4.60 Κύριοι λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	42,82%	50,96%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	40,10%	37,28%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	5,31%	1,92%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	11,23%	7,76%
Για άλλους λόγους:	0,54%	2,09%

Πίνακας 4.61 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	53,48%
Σε χυμό	21,35%
Ολόκληρα και πλυμένα	22,89%
Αποξηραμένα	2,27%

Τα παιδιά ήταν ήδη επαρκώς ενημερωμένα σε θέματα διατροφής και δεν παρουσιάστηκαν αξιοσημείωτες μεταβολές, καθώς το 80% (από 56% κατά τη φάση 0) είναι σε θέση να αναγνωρίσει πάνω από 10 φρούτα και το 70% (από 35%) πάνω από 10 λαχανικά, το 94% (από 89%) γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί, το 94% (από 49%) γνωρίζει την ύπαρξη βιολογικών προϊόντων, το 93% (από 89%) γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία και το 94% (από 54%) γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής. **Επίσης, παραμένει πολύ χαμηλό το ποσοστό των παιδιών που γνωρίζει**



ότι η συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών είναι τουλάχιστον 5 μερίδες ημερησίως (5,71% από 2,99%).

Πίνακας 4.62 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	4,37%	7,68%
6 έως 10	15,92%	22,35%
11 έως 15	20,40%	19,91%
16 έως 20	20,52%	22,47%
Πάνω από 20	38,79%	27,59%

Πίνακας 4.63 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	93,67%
Όχι	6,33%

Πίνακας 4.64 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	93,57%
Όχι	6,43%

Πίνακας 4.65 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	93,06%
Όχι	6,94%

Πίνακας 4.66 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	6,65%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	61,16%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	18,80%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	5,71%
Δεν γνωρίζει	7,68%

Πίνακας 4.67 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	93,61%
Όχι	6,39%



4.2.2.4 Παρουσίαση αποτελεσμάτων ομάδας ελέγχου

Στους πίνακες που ακολουθούν παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της έρευνας που πραγματοποιήθηκε στην ομάδα ελέγχου.

Πίνακας 4.68 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	1,77%	1,03%	30,14%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	35,20%	38,13%	24,45%
5-6 φορές την εβδομάδα	19,83%	22,90%	7,96%
Καθημερινά	43,20%	37,94%	37,44%

Πίνακας 4.69 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	1,49%	1,30%	44,96%
1 μερίδα / ημέρα	50,70%	54,61%	38,81%
2 μερίδες / ημέρα	34,05%	33,18%	10,26%
3-4 μερίδες / ημέρα	11,44%	8,85%	4,38%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	2,33%	2,05%	1,59%

Πίνακας 4.70 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	2,24%	2,43%	6,85%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	33,46%	51,45%	17,35%
5-6 φορές την εβδομάδα	21,31%	19,55%	9,85%
Καθημερινά	42,99%	26,57%	65,95%

Πίνακας 4.71 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,18%	2,83%	13,06%
1 μερίδα / ημέρα	49,53%	64,18%	48,97%
2 μερίδες / ημέρα	34,44%	25,26%	30,26%
3-4 μερίδες / ημέρα	10,25%	6,03%	4,32%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	3,61%	1,70%	3,38%

Πίνακας 4.72 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	0,67%	3,40%
1-2 φορές το μήνα	1,82%	3,70%
3-4 φορές το μήνα	21,69%	9,51%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	62,48%	51,15%
Καθημερινά	13,34%	32,23%

Πίνακας 4.73 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	29,23%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	22,69%
Γάλα λευκό	1,18%
Άλλο	43,69%
Τίποτε	3,20%



Πίνακας 4.74 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	4,61%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	62,25%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	25,26%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	3,84%
Δεν γνωρίζω	4,03%

Πίνακας 4.75 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	3,30%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	74,01%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	14,06%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	2,33%
Δεν γνωρίζω	6,30%

Πίνακας 4.76 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	70,97%
1-2 φορές την εβδομάδα	24,30%
3-4 φορές την εβδομάδα	3,66%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	1,06%

Πίνακας 4.77 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	60,27%
1-2 φορές την εβδομάδα	35,82%
3-4 φορές την εβδομάδα	2,87%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	1,05%



Πίνακας 4.78 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Μήλο	28,78%	Σταφίδα	5,44%
Αγγούρι	27,74%	Λάχανο	5,07%
Ντομάτα	26,79%	Καρόδι	4,63%
Μπανάνα	26,65%	Μπρόκολο	4,26%
Πορτοκάλι	26,55%	Ακτινίδιο	4,19%
Φράουλα	24,87%	Φασολάκι	3,43%
Κεράσι	23,39%	Κολοκυθάκι	3,37%
Καρπούζι	22,83%	Αμύγδαλο	3,13%
Σταφύλι	20,83%	Σπανάκι	2,40%
Μανταρίνι	19,01%	Κάστανο	2,29%
Κρεμμύδι	16,70%	Βλίτα	1,83%
Ροδάκινο	16,68%	Μελιτζάνα	1,81%
Πεπόνι	15,37%	Παντζάρι	1,78%
Λεμόνι	13,81%	Αρακάς	1,76%
Μαρούλι	12,92%	Ανανάς	1,50%
Καρότο	12,21%	Κουνουπίδι	1,34%
Βερύκοκο	10,40%	Αβοκάντο	1,27%
Πιπεριά	9,43%	Σέλινο	1,21%
Αχλάδι	6,86%	Γκρέιπ-φρουτ	0,52%
Σύκο	6,50%	Αγκινάρα	0,50%

Πίνακας 4.79 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	92,03%	87,77%
Όχι	7,97%	12,23%

Πίνακας 4.80 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	46,42%	33,11%
Όχι	53,58%	66,89%

Πίνακας 4.81 Κύριο λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	35,22%	42,66%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	40,29%	41,22%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	4,69%	3,16%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	18,82%	10,29%
Για άλλους λόγους:	0,97%	2,67%

Πίνακας 4.82 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	51,31%
Σε χυμό	21,43%
Ολόκληρα, πλυμένα και συσκευασμένα	25,20%
Αποξηραμένα	2,06%

Πίνακας 4.83 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	3,22%	10,30%
6 έως 10	15,25%	20,79%
11 έως 15	18,09%	14,95%
16 έως 20	22,82%	23,86%
Πάνω από 20	40,63%	30,10%



Πίνακας 4.84 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	92,10%
Όχι	7,90%

Πίνακας 4.85 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	94,23%
Όχι	5,77%

Πίνακας 4.86 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	92,09%
Όχι	7,91%

Πίνακας 4.87 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	9,89%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	57,44%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	23,35%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	4,43%
Δεν γνωρίζει	4,90%

Πίνακας 4.88 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	96,74%
Όχι	3,26%



4.2.2.5 Τιμές των δεικτών αξιολόγησης κατά τη φάση 1 (μετά την παρέμβαση)

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζονται οι τιμές κατά τη φάση 1 (μετά την παρέμβαση) των δεικτών που χρησιμοποιήθηκαν για την αξιολόγηση του προγράμματος.

Πίνακας 4.89 Τιμές κατά τη φάση 1 των δεικτών αξιολόγησης

Μεταβλητές δεικτών αξιολόγησης	Τιμή Ομάδας Παρέμβασης	Τιμή Ομάδας Ελέγχου
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως	48,18%	48,29%
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους	88,79%	86,94%
% των μαθητών που καταναλώνουν καθημερινά λαχανικά	28,87%	26,57%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως	13,53%	12,36%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως	7,48%	4,32%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 φρούτα	79,71%	81,53%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 λαχανικά	69,97%	68,91%
% των μαθητών που γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού	93,67%	92,10%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα	93,57%	94,23%
% των μαθητών που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	5,27%	4,43%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	5,00%	3,84%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες γαλακτοκομικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	16,11%	14,06%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής	93,61%	96,74%
% των μαθητών που γνωρίζουν ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία	93,06%	92,09%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά	90,36%	92,03%
10 δημοφιλέστερα φρούτα και λαχανικά	Αγγούρι, Μήλο Ντομάτα, Μπανάνα Πορτοκάλι, Κεράσι Μανταρίνι, Καρπούζι Κρεμμύδι, Λεμόνι	Μήλο, Αγγούρι Ντομάτα, Μπανάνα Πορτοκάλι, Φράουλα Κεράσι, Καρπούζι Σταφύλι, Μανταρίνι
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα	86,56%	87,77%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά	44,54%	46,42%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερο γάλα	35,50%	33,11%



4.3 Παροχή/διανομή φρούτων, λαχανικών και γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων, και προτεραιότητα στα νωπά φρούτα και λαχανικά και το γάλα κατανάλωσης

Η επιλογή των προϊόντων που διενεμήθησαν στην ομάδα-στόχο κατά την περίοδο υλοποίησης πραγματοποιήθηκε βάσει της εποχικότητας και της διαθεσιμότητας τους και περιελάμβανε μήλα, αχλάδια, πορτοκάλια, μανταρίνια, ροδάκινα, νεκταρίνια, βερούκοκα, τοματάκια τύπου cherry, αγγουράκια τύπου Κνωσσού, και πλήρες παστεριωμένο γάλα.

Τα προϊόντα δεν περιείχαν καθόλου πρόσθετα σάκχαρα ή πρόσθετες γλυκαντικές ουσίες, ή πρόσθετα μη φυσικά ενισχυτικά γεύσης E 620 έως E 650. Τα νωπά προϊόντα προέρχονταν από καλλιέργειες στις οποίες εφαρμόζεται Σύστημα Ολοκληρωμένης Διαχείρισης, και για τα προϊόντα που προβλέπεται (μήλα, αχλάδια, πορτοκάλια, μανταρίνια, ροδάκινα, νεκταρίνια, και τοματάκια τύπου cherry), ήταν τουλάχιστον ποιοτικής κατηγορίας I.

Τα προϊόντα που διενεμήθησαν εμπεριέχονταν σε ατομική συσκευασία με κατάλληλο, για τρόφιμο, περιέκτη και ήταν έτοιμα προς άμεση κατανάλωση. Ειδικότερα το πλήρες παστεριωμένο γάλα διετίθετο σε ατομική συσκευασία 250 ml.

Κατά το σχολικό έτος 2017-2018, δεν πραγματοποιήθηκαν διανομές, λόγω σημαντικών καθυστερήσεων στις διαγωνιστικές διαδικασίες ανάθεσης του έργου.

Κατά το σχολικό έτος 2018-2019, πραγματοποιήθηκαν 8 διανομές φρούτων και λαχανικών καθ' όλη τη διάρκεια του έτους και διανομές γάλακτος ανά δεκαπενθήμερο περίπου.

Κατά το σχολικό έτος 2019-2020, πραγματοποιήθηκαν 7 διανομές φρούτων και λαχανικών καθ' όλη τη διάρκεια του έτους και διανομές γάλακτος ανά δεκαπενθήμερο περίπου.

Κατά το σχολικό έτος 2020-2021, δεν πραγματοποιήθηκαν διανομές, λόγω σημαντικών καθυστερήσεων στις διαγωνιστικές διαδικασίες ανάθεσης του έργου, καθώς και εξαιτίας των περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση της διάδοσης της πανδημίας του κορωνοϊού.

Κατά το σχολικό έτος 2021-2022, σύμφωνα με προσωρινά στοιχεία του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, υλοποιήθηκε το 36% των προγραμματισμένων διανομών φρούτων και λαχανικών και το 16% των προγραμματισμένων διανομών γάλακτος, λόγω σημαντικών καθυστερήσεων στις διαγωνιστικές διαδικασίες ανάθεσης του έργου, καθώς και εξαιτίας των περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση της διάδοσης της πανδημίας του κορωνοϊού.



Σύμφωνα με έρευνα πεδίου που πραγματοποιήθηκε κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022, οι μαθητές αντιμετώπισαν με ενθουσιασμό τη διανομή φρούτων, λαχανικών και γάλακτος.

Πίνακας 4.90 Αντιμετώπιση της διανομής φρούτων, λαχανικών και γάλακτος από τα παιδιά (σύμφωνα με τους γονείς/κηδεμόνες και τους εκπαιδευτικούς) κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Γονείς και κηδεμόνες	Διευθυντές σχολικών μονάδων
Με θετική διάθεση	89,26%	100,00%
Με αδιαφορία / δεν τους προσέλκυσε την προσοχή	9,94%	0,00%
Με αρνητική διάθεση	0,80%	0,00%

Θετικές κρίσεις εκφράστηκαν για την αισθητική της συσκευασίας, αλλά και για τη φρεσκάδα (freshness) των προϊόντων. Είναι χαρακτηριστικό ότι σε πολύ λίγες περιπτώσεις υπήρξε διαμαρτυρία για την κατάσταση των οπωρολαχανικών ή την ημερομηνία λήξεως του γάλακτος. Το γεγονός ότι προσφέρονταν ως δώρο και τα παιδιά αποκτούσαν κάτι που τους ανήκε προσωπικά (δεν ήταν όπως όλα τα τρόφιμα που είναι διαθέσιμα στην οικογένεια), έκανε πολλά παιδιά να εκτιμήσουν την κίνηση αυτή, παιδιά που ήταν επιφυλακτικά να αλλάξουν στάση απέναντι στα τρόφιμα αυτά και γενικά να γίνει αντιληπτή η αξία των τροφίμων αυτών για τη διατροφή.

Επίσης, ενδεικτικό της θετικής υποδοχής της διανομής είναι το γεγονός ότι αρκετά σχόλια αφορούσαν περισσότερες διανομές και μεγαλύτερη ποικιλία προϊόντων, δηλώνοντας ουσιαστικά ότι τα τρόφιμα είναι καλά, αλλά λίγα.

Επίσης, η διανομή αξιολογήθηκε από τους γονείς και κηδεμόνες σε ποσοστό 87,17% ως καλή ή μάλλον καλή και μόλις σε ποσοστό 3,74% ως κακή ή μάλλον κακή. Μάλιστα, το ποσοστό των γονέων που αξιολόγησαν τη διανομή ως κακή ήταν χαμηλότερο του 1%. Αντίστοιχα, η διανομή αξιολογήθηκε από τους εκπαιδευτικούς σε ποσοστό 84,17% ως καλή ή μάλλον καλή και σε ποσοστό 6,26% ως κακή ή μάλλον κακή.

Πίνακας 4.91 Εκτίμηση γονέων/κηδεμόνων και εκπαιδευτικών σχετικά με τα τρόφιμα που διανεμήθηκαν (παραδόσεις, τύποι προϊόντων, συνθήκες / χρόνος παράδοσης, επάρκεια, συσκευασία κ.λπ.) κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Γονείς και κηδεμόνες	Διευθυντές σχολικών μονάδων
Καλή	60,33%	64,38%
Μάλλον καλή	26,85%	19,79%
Ουδέτερη /αδιάφορη	7,44%	9,59%
Μάλλον κακή	2,85%	3,13%
Κακή	0,89%	3,13%
Δεν γνωρίζω	1,66%	0,00%



Ωστόσο, υπήρξαν ελάχιστες παρατηρήσεις ότι τα φρούτα ήταν κτυπημένα ή και αλλοιωμένα, ενώ το γάλα διανεμόταν την ίδια ημέρα με την ημερομηνία λήξεώς του. Επίσης, καθώς πολλά παιδιά δεν κατανάλωναν το γάλα στο σχολείο, αλλά το μετέφεραν στο σπίτι τους, διατυπώθηκε η ανησυχία των γονέων ότι το γάλα παρέμενε πολλές ώρες εκτός ψυγείου. Τέλος, σε ελάχιστες περιπτώσεις διατυπώθηκε η παρατήρηση ότι η χάρτινη συσκευασία των φρούτων και λαχανικών δεν άντεχε το βάρος.

Πάντως, η συντριπτική πλειονότητα των γονέων και κηδεμόνων εκφράζει την επιθυμία του να επαναληφθεί το πρόγραμμα με τακτικότερες διανομές και μεγαλύτερη ποικιλία προϊόντων.



4.4 Συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα

Τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα που προβλέπονταν ήταν τα εξής:

Πίνακας 4.92 Προβλεπόμενα συνοδευτικά μέτρα

Τίτλος	Στόχος	Περιεχόμενο
Επισκέψεις σε αγροκτήματα/ παραγωγούς / αγορές / γαλακτοκομικές μονάδες/ αγροτικούς συνεταιρισμούς	Μαθαίνουν τα παιδιά την προέλευση των φρούτων – λαχανικών και γάλακτος και τον κύκλο παραγωγής τους	Επισκέψεις σε αγροκτήματα, κτηνοτροφικές εγκαταστάσεις, αγορές, γαλακτοκομικές μονάδες, αγροτικούς συνεταιρισμούς κτλ.
Μαθήματα γευσιγνωσίας / εργαστήρια – μαθήματα μαγειρικής	Γνωριμία των μαθητών με ποικιλία γεύσεων και τη διαδικασία μαγειρικής τους	Ενθάρρυνση παιδιών να δοκιμάσουν και να υλοποιήσουν συνταγές χρησιμοποιώντας φρούτα – λαχανικά και γάλα
Μαθήματα, σεμινάρια, εργαστήρια, παιχνίδια	Παροχή γνώσεων υγιεινής διατροφής, σημαντικότητας φρούτων – λαχανικών και γάλακτος στη διατροφή, ώστε να προωθηθεί η ανάπτυξη υγιεινών διατροφικών συνηθειών	Παροχή εκπαιδευτικού υλικού στα παιδιά και στους δασκάλους σχετικά με τις υγιεινές διατροφικές συνήθειες και την αναγκαιότητα άσκησης

Η πρώτη κατηγορία μέτρων που αφορούσε τις επισκέψεις δεν πραγματοποιήθηκε, καθώς δεν επαρκούσαν οι πόροι για τέτοιου είδους δράσεις.

Κατά το σχολικό έτος 2017-2018, όπως προαναφέρθηκε, δεν υλοποιήθησαν δράσεις.

Κατά το σχολικό έτος 2018-2019, πραγματοποιήθηκαν μαθήματα γευσιγνωσίας / εργαστήρια – μαθήματα μαγειρικής, που περιελάμβαναν την επίδειξη παρασκευής γευμάτων διάρκειας 2 διδακτικών ωρών για παιδιά βασισμένες στα φρούτα, λαχανικά, γάλα, μέλι και ελαιόλαδο (ροφήματα, φρουτοσαλάτες, σαλάτες, σνακ και σάντουιτς, smoothies, ρυζόγαλο, κρέμα, γιαούρτι κ.λπ.) με συνταγές εγκεκριμένες από διαιτολόγο-διατροφολόγο με παρουσία και συμμετοχή μαθητών, δασκάλων και γονέων (αν και οι γονείς δε συμμετείχαν στην υλοποίηση της δράσης).

Επίσης, πραγματοποιήθηκαν διαλέξεις υπό τον τίτλο «Μαθαίνω για τα φρούτα, τα λαχανικά και το γάλα» μίας διδακτικής ώρας, όπου αναλύονταν από διατροφολόγο οι υγιεινές διατροφικές συνήθειες και η αξία των φρούτων, λαχανικών, γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων στη διατροφή του παιδιού, στο σώμα και την υγεία του καθώς και η αξία της άσκησης στην υγεία του.

Παράλληλα, διανεμήθηκε σε κάθε τάξη του σχολείου μία τρισδιάστατη πυραμίδα υγιεινού τρόπου ζωής.

Κατά το σχολικό έτος 2019-2020, δεν υλοποιήθησαν δράσεις λόγω των περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση της διάδοσης της πανδημίας του κορωνοϊού.

Κατά το σχολικό έτος 2020-2021, όπως προαναφέρθηκε, δεν υλοποιήθησαν δράσεις.

Κατά το σχολικό έτος 2021-2022 υλοποιήθηκε Ηλεκτρονική πλατφόρμα με ψηφιακό εκπαιδευτικό πρόγραμμα και υλικό στη θεματική της προώθησης της υγιεινής



διατροφής η οποία προσφέρεται προς αξιοποίηση και μέσω σύγχρονης ή/και ασύγχρονης τηλεεκπαίδευσης και είναι διαθέσιμη στο διαδικτυακό κόμβο <https://trefomastesosta.gr/>.

Η δράση περιελάμβανε την υλοποίηση των ακόλουθων ενεργειών:

- (1) σχεδιασμό, δημιουργία και διαχείριση ηλεκτρονικής πλατφόρμας με ψηφιακό εκπαιδευτικό πρόγραμμα και υλικό
- (2) διδακτικές προσεγγίσεις/στρατηγικές για τους/τις εκπαιδευτικούς των σχολικών μονάδων
- (3) δράσεις/δραστηριότητες/συμβουλές προς τους γονείς και κηδεμόνες των μαθητών και των μαθητριών.
- (4) δημιουργία διαδραστικών εκπαιδευτικών παιχνιδιών στη θεματική της προώθησης της υγιεινής διατροφής προς αξιοποίηση μέσω της πλατφόρμας στην τάξη από τον/την εκπαιδευτικό.

Το περιεχόμενο του εκπαιδευτικού υλικού είναι πολυμεσικό, ψυχαγωγικό, δημιουργήθηκε με γνώμονα την μέγιστη μεταφορά γνώσης ανάλογα με (α) την ηλικία των εκπαιδευόμενων και (β) τη κατηγορία στην οποία ανήκουν (γ) την απαίτηση να μην είναι αυστηρά εκπαιδευτικού χαρακτήρα, αλλά και ψυχαγωγικού, να υποστηρίζει την καθολική προσβασιμότητα και να προσαρμόζεται μέσω προσωποποιημένων διεπαφών για διάφορες κατηγορίες ηλικιών (δ) την καταλληλότητα του για σύγχρονη και ασύγχρονη εκπαίδευση. Η κατηγοριοποίηση έγινε σύμφωνα με τις ακόλουθες ομάδες: α) μαθητές πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης από 6-12 ετών, β) γονείς μαθητών και γ) εκπαιδευτικοί

Το εκπαιδευτικό πακέτο περιλαμβάνει:

α) το εκπαιδευτικό υλικό που περιλαμβάνει 8 μαθήματα για τους μαθητές της α', β' και γ' τάξεως και 8 μαθήματα για τους μαθητές της δ', ε' και στ' τάξεως (Τι είναι η διατροφή – Τι και γιατί τρώμε;/ Πρωτεΐνες, Λίπη και Υδατάνθρακες: Τα χρειαζόμαστε όλα;/ Βιταμίνες και Μέταλλα: Μπορούμε χωρίς αυτά;/ Τι να τρώω στο σχολείο; Πώς να αγοράζω από το κυλικείο ή το σουπερμάρκετ; Γιατί;/ Δεν μου αρέσουν όλα τα φαγητά. Πειράζει αυτό;/ Τι πρέπει να τρώω αν αθλούμαι αρκετά (μόνος ή σε ομάδα);/ Μπορεί η διατροφή μου να βοηθήσει τον Πλανήτη;/ Τι αλλαγές πρέπει να κάνω όσο μεγαλώνω;)

β) σεμινάρια διατροφικής αγωγής που καλύπτουν τις ακόλουθες θεματικές ενότητες:

- Εισαγωγή- Γενικά θέματα ισορροπημένης διατροφής
- Θεματική ενότητα 2: ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
- Θεματική ενότητα 3: ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ



- Θεματική ενότητα 4: ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
- Θεματική ενότητα 5: ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
- Θεματική ενότητα 6: ΣΩΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ
- Θεματική ενότητα 7: ΣΩΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ
- Θεματική ενότητα 8: ΣΠΑΤΑΛΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
- Θεματική ενότητα 9: ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΖΑΧΑΡΗΣ
- Θεματική ενότητα 10: ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΑΛΑΤΙΟΥ

γ) τα εκπαιδευτικά παιχνίδια

δ) ενημερωτικό υλικό

Οι δράσεις/δραστηριότητες/συμβουλές προς τους γονείς και κηδεμόνες των μαθητών και των μαθητριών περιλαμβάνουν:

1. Διεξαγωγή διαδικτυακών σεμιναρίων
2. Διεξαγωγή επιγραμμικής (on-line) έρευνας με τη συμπλήρωση ερωτηματολογίων, αξιολόγησης επεξεργασίας τους και παροχή στοχευμένων συμβουλών
3. Παροχή επιγραμμικού (on-line) ενημερωτικού/συμβουλευτικού υλικού

Τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα αξιολογήθηκαν από τους γονείς και κηδεμόνες ως καλά ή μάλλον καλά σε ποσοστό 90,23% και μόλις σε ποσοστό 1,28% ως κακά ή μάλλον κακά. Αντίστοιχα, τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα αξιολογήθηκαν από τους εκπαιδευτικούς σε ποσοστό 66,52% ως καλά ή μάλλον καλά και σε ποσοστό 6,70% ως κακά ή μάλλον κακά.

Πίνακας 4.93 Εκτίμηση γονέων/κηδεμόνων και εκπαιδευτικών σχετικά με την εφαρμογή των συνοδευτικών μέτρων κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Γονείς και κηδεμόνες	Διευθυντές σχολικών μονάδων
Καλή	71,16%	50,45%
Μάλλον καλή	19,08%	16,07%
Ουδέτερη /αδιάφορη	3,84%	13,84%
Μάλλον κακή	0,94%	3,57%
Κακή	0,34%	3,13%
Δεν γνωρίζω	3,24%	12,95%
Δεν πραγματοποιήθηκε	1,41%	0,00%

Ωστόσο, από το σχεδιασμό του προγράμματος, λαμβάνοντας υπ' όψιν τις υφιστάμενες συνθήκες, δεν προεβλέπετο ως σημαντική η συμμετοχή των γονέων και κηδεμόνων στην υλοποίηση των συνοδευτικών εκπαιδευτικών μέτρων λόγω κυρίως της δυσκολίας του ωραρίου απασχόλησης που συνέπιπτε με το ωράριο της καθημερινής λειτουργίας των σχολείων και ως εκ τούτου η συμμετοχή τους ανήλθε σε μικρό ποσοστό 8%, ενώ



όμως η συμμετοχή των διευθυντών των σχολικών μονάδων ήταν σημαντική σε ποσοστό 46,43%.

Πίνακας 4.94 Ανάμειξη γονέων/κηδεμόνων και εκπαιδευτικών στην υλοποίηση των συνοδευτικών μέτρων κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Γονείς και κηδεμόνες	Διευθυντές σχολικών μονάδων
Ναι	8,03%	46,43%
Όχι	91,98%	53,57%

Η συμμετοχή των διευθυντών των σχολικών μονάδων αφορούσε το διοικητικό συντονισμό, τη διοργάνωση συζητήσεων και ενημερώσεων, καθώς και επιλογή σχετικής θεματικής και εργαστηρίου δεξιοτήτων.

Τόσο οι γονείς και κηδεμόνες (σε ποσοστό 68,32%), όσο και οι διευθυντές των σχολικών μονάδων (σε ποσοστό 72,16%) δήλωσαν ότι ευαισθητοποιήθηκαν ως προς τα μηνύματα του προγράμματος.

Πίνακας 4.95 Ευαισθητοποίηση γονέων/κηδεμόνων και εκπαιδευτικών ως προς τη σημασία κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος ως αποτέλεσμα του προγράμματος κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Γονείς και κηδεμόνες	Διευθυντές σχολικών μονάδων
Ναι	68,32%	72,16%
Όχι	31,69%	27,84%

Οι γονείς και κηδεμόνες δήλωσαν ότι με αφορμή τα συνοδευτικά μέτρα άνοιξαν συζητήσεις με τα παιδιά τους αναφορικά με τα οφέλη της υγιεινής διατροφής, εφάρμοσαν τις συνταγές μαγειρικής στο σπίτι τους και πραγματοποίησαν αλλαγές στο καθημερινό διαιτολόγιό τους.



4.5 Δράσεις επικοινωνίας και ενημέρωσης

Τα μέτρα για την προβολή του προγράμματος που προβλέπονταν ήταν τα εξής:

- Ανάπτυξη στην ιστοσελίδα του ΥΠΑΑΤ ειδικού ενεργού πεδίου με πληροφόρηση και ενημερωτικό υλικό, νέα, δελτία τύπου και κάθε άλλο σχετικό υλικό
- Δελτία τύπου και ενημερωτικές εκστρατείες στα ΜΜΕ
- Αφίσα για κάθε συμμετέχουσα σχολική μονάδα
- Διαφημιστικό αναμνηστικό σε κάθε μαθητή από την ομάδα - στόχο

Ως προς την υλοποίηση, από το σχολικό έτος 2018–2019 έχει υλοποιηθεί η ιστοσελίδα <https://eu-schoolprogramme.minagric.gr/>, που μεταξύ άλλων περιλαμβάνει:

- Σύνολο παιχνιδιών μέσα από τα οποία μαθαίνουν τα παιδιά να αγαπάνε τα φρούτα, τα λαχανικά και το γάλα
- Ειδική κατηγορία με πληροφορίες για τους γονείς
- Σύνολο πληροφοριών που βοηθούν τα παιδιά να καταλάβουν την αξία των φρούτων, των λαχανικών και του γάλακτος
- Σύνολο πληροφοριών για τους εκπαιδευτές
- Ηλεκτρονική πλοήγηση σε μία φάρμα παραγωγής γιαουρτιού, καθώς και τυροκομείο
- Ηλεκτρονική πλοήγηση σε ένα αγρόκτημα παραγωγής λαχανικών και φρούτων και τις διαδικασίες του

Ως προς την ενημερωτική εκστρατεία στα ΜΜΕ, από το σχολικό έτος 2018–2019 έχει παραχθεί τηλεοπτικό και ραδιοφωνικό μήνυμα με στόχο την ενθάρρυνση της κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος. Επίσης κατά το σχολικό έτος 2019-2020 παρήχθησαν επιπρόσθετα 45 τηλεοπτικά και ραδιοφωνικά μηνύματα. Τα μηνύματα αυτά μετεδόθησαν σε νόμιμα αδειοδοτημένους τηλεοπτικούς σταθμούς πανελλαδικής εμβέλειας και σε περιφερειακούς τηλεοπτικούς σταθμούς που διαθέτουν παιδικό πρόγραμμα, καθώς και σε ραδιοφωνικούς σταθμούς με ακροαματικότητα στο κοινό γονείς παιδιών ηλικίας 6-12 ετών.

Επίσης, αναρτήθηκε σε κάθε σχολική μονάδα της αφίσας του προγράμματος και δόθηκε σε κάθε μαθητή αναμνηστική βεβαίωσης συμμετοχής.

Τέλος, κατά το σχολικό έτος 2018-2019 πραγματοποιήθηκαν ημερίδες διάρκειας 1 ώρας, όπου προσεκλήθησαν ομιλητές του χώρου της διατροφής, της υγείας και της γεωργίας με θεματολογία σχετική με τους στόχους του προγράμματος. Η εκδήλωση ήταν ανοιχτή στο κοινό και το κοινό – στόχος των ημερίδων αυτών ήταν διευθυντές δημοτικών σχολείων, εκπαιδευτικοί πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, εκπρόσωποι συλλόγων γονέων & κηδεμόνων, γονείς και αρχές.



Η δημοσιότητα του προγράμματος αξιολογήθηκε από τους γονείς και κηδεμόνες ως καλή ή μάλλον καλή σε ποσοστό 76,72% και μόλις σε ποσοστό 3,93% ως κακή ή μάλλον κακή. Αντίστοιχα, τη δημοσιότητα του προγράμματος αξιολογήθηκε από τους εκπαιδευτικούς σε ποσοστό 71,25% ως καλή ή μάλλον καλή και σε ποσοστό 9,59% ως κακή ή μάλλον κακή. Οι διαπιστώσεις των εκπαιδευτικών αφορούσαν κυρίως μεγάλες καθυστερήσεις στην υλοποίησή τους και μικρή εμβέλεια αντικτύπου τους.

Πίνακας 4.96 Εκτίμηση γονέων/κηδεμόνων και εκπαιδευτικών σχετικά με την εφαρμογή της δημοσιότητας του προγράμματος κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Γονείς και κηδεμόνες	Διευθυντές σχολικών μονάδων
Καλή	51,43%	32,29%
Μάλλον καλή	25,29%	38,96%
Ουδέτερη /αδιάφορη	9,83%	12,92%
Μάλλον κακή	2,45%	6,46%
Κακή	1,48%	3,13%
Δεν γνωρίζω	9,53%	6,25%



4.6 Βασικές ρυθμίσεις και διατάξεις εφαρμογής

Η υλοποίηση του προγράμματος πραγματοποιήθηκε από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων και τις Διευθύνσεις Αγροτικής Οικονομίας και Κτηνιατρικής των Περιφερειακών Ενοτήτων.

Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων επόπτευσε και παρακολούθησε την υλοποίηση του προγράμματος, καθόρισε τη διαδικασία επιλογής των φορέων υλοποίησης και προβολής, των συνοδευτικών εκπαιδευτικών μέτρων και της αξιολόγησής του και συνέταξε τις σχετικές διακηρύξεις.

Για την ανάδειξη των φορέων υλοποίησης του προγράμματος εφαρμόστηκε η κείμενη, εθνική και ενωσιακή νομοθεσία για τη σύναψη δημοσίων συμβάσεων έργων, προμηθειών και υπηρεσιών, όπως κάθε φορά ισχύει. Οι τεχνικές λεπτομέρειες των σχετικών διαγωνισμών του προγράμματος, καθώς και τα συγκεκριμένα παραδοτέα των αναδόχων καθορίστηκαν στις οικείες διακηρύξεις.

Οι συμβάσεις με τους αναδόχους συνήφθησαν μετά την προβλεπόμενη από το νόμο διαγωνιστική διαδικασία με το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων ή τον ΟΠΕΚΕΠΕ. Στη συνέχεια κατόπιν σχετικής εισήγησης της Διεύθυνσης Προμηθειών, Διαχείρισης Υλικού και Υποδομών, ο νόμιμος εκπρόσωπος του Υπουργείου αποφάσισε σε κάθε στάδιο των διαγωνισμών και προέβη στην έκδοση των σχετικών κατακυρωτικών αποφάσεων. Στους διαγωνισμούς που αφορούσαν τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα, την προβολή του προγράμματος, καθώς και την αξιολόγησή του συμμετείχε εκπρόσωπος του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων.

Οι διαγωνισμοί για την προμήθεια και μεταφορά φρούτων και λαχανικών και γάλακτος πραγματοποιήθηκαν με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφοράς μόνο βάσει τιμής (χαμηλότερη τιμή). Εφαρμόστηκε διαδικασία κοστολόγησης και ορίστηκε το προϋπολογιστικό (μέγιστο) κόστος του πακέτου φρούτων και λαχανικών ανά διανομή και ανά μαθητή συμπεριλαμβανομένων των μεταφορικών εξόδων χωρίς Φ.Π.Α. και η προϋπολογιστική (μέγιστη) καθαρή τιμή ανά συσκευασία γάλακτος.

Για το σχολικό έτος 2018-2019, η δημιουργία καμπάνιας, η παραγωγή τηλεοπτικού και ραδιοφωνικού σποτ και η προμήθεια αφισών προκηρύχθηκαν με απευθείας διαπραγμάτευση ανάθεσης υπηρεσιών με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά μόνο βάσει τιμής.

Τα αντικείμενα (α) παρακολούθηση και αξιολόγηση προγράμματος δωρεάν διανομής φρούτων, λαχανικών και γάλακτος τριετίας 2017-2020 και (β) εκπαιδευτική πυραμίδα προκηρύχθηκαν με ηλεκτρονικό ανοικτό διαγωνισμό με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά μόνο βάσει τιμής.



Οι δράσεις (α) διοργάνωση εκδηλώσεων – ημερίδων σχολικής χρονιάς 2018-2019, (β) ζωντανή επίδειξη μαγειρικής στα σχολεία, (γ) δημιουργία εφαρμογών και παρουσιάσεων σχετικών με το πρόγραμμα (σε ιστοσελίδα) και (δ) διαλέξεις «Μαθαίνω για τα φρούτα, τα λαχανικά και το γάλα» προκηρύχθηκαν με ηλεκτρονικό ανοικτό διαγωνισμό με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά βάσει της βέλτιστης σχέσης ποιότητας – τιμής.

Για το σχολικό έτος 2021-2022, τα εκπαιδευτικά μέτρα, ήτοι η ηλεκτρονική πλατφόρμα με ψηφιακό εκπαιδευτικό πρόγραμμα και υλικό στη θεματική της προώθησης της υγιεινής διατροφής η οποία προσφέρεται προς αξιοποίηση και μέσω σύγχρονης ή/και ασύγχρονης τηλεεκπαίδευσης, προκηρύχθηκε με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά βάσει βέλτιστης σχέσης ποιότητας-τιμής.

Τα Μέτρα/Δράσεις Προβολής και Αξιολόγησης αφορούσαν i) βεβαίωση συμμετοχής για κάθε σχολική μονάδα που συμμετέχει στο Σχολικό Πρόγραμμα και από μία για κάθε μαθητή που συμμετέχει σε αυτό, ii) την προβολή τηλεοπτικών και ραδιοφωνικών σποτ σε σταθμούς εθνικής ή/και τοπικής εμβέλειας και σε ώρες υψηλής ακροαματικότητας από παιδιά ηλικίας 6-12 ετών, iii) την Αξιολόγηση του Σχολικού Προγράμματος και προκηρύχθηκαν με ηλεκτρονικό ανοικτό διαγωνισμό με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά βάσει της βέλτιστης σχέσης ποιότητας – τιμής (με εξαίρεση την αξιολόγηση στην οποία ετέθη κριτήριο ανάθεσης αποκλειστικά η τιμή).

Η κύρια στενωπός του συστήματος υλοποίησης του προγράμματος και αιτία για τις σημαντικές χρονικές καθυστερήσεις είναι η προετοιμασία και διενέργεια των ηλεκτρονικών διαγωνισμών που επιφέρει επιβράδυνση του χρόνου ανάθεσης των έργων και των μελετών. Ειδικότερα, ο μέσος χρόνος που μεσολαβεί μεταξύ προετοιμασίας και υπογραφής σύμβασης διαφέρει σημαντικά χρονικά μεταξύ επιλογής αναδόχων για υλοποίηση διαφορετικών δράσεων, όπως επιλογή αναδόχων έργων δημοσιότητας, συνοδευτικών εκπαιδευτικών μέτρων, έργου αξιολόγησης, ή, τέλος, προμηθευτών φρούτων, λαχανικών και γάλακτος και μπορεί να φθάσει πολλούς μήνες και αυτό για έργα στα οποία δεν προκύπτουν σοβαρές εμπλοκές από προσφυγές υποψηφίων αναδόχων.



4.7 Συμμετοχή των αρχών υγείας/διατροφής, άλλων δημόσιων αρχών και ενδιαφερομένων φορέων του ιδιωτικού τομέα που συμμετέχουν στο σχεδιασμό, την εφαρμογή, την παρακολούθηση και την αξιολόγηση του προγράμματος

Η συμμετοχή των υπεύθυνων αρχών στην υλοποίηση του προγράμματος έγινε σύμφωνα με όσα προβλέπονταν στο σχεδιασμό και κρίνεται ικανοποιητική.

Οι υπηρεσίες του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων ανέλαβαν τη διεξαγωγή των διαγωνισμών και την υπογραφή των συμβάσεων. Επίσης, οι Διευθύνσεις Αγροτικής Οικονομίας και Κτηνιατρικής των Περιφερειακών Ενοτήτων της χώρας και τα αρμόδια Περιφερειακά Κέντρα Προστασίας Φυτών Ποιοτικού και Φυτοϋγειονομικού ελέγχου συμμετείχαν στη διενέργεια των ελέγχων, σύμφωνα με όσα ορίζονται στην ΚΥΑ αρ. 1/1135/04-01-2021 ΦΕΚ5/Β/4.01.2021.

Ο ΟΠΕΚΕΠΕ διενέργησε κανονικά και χωρίς προβλήματα τους διοικητικούς ελέγχους και τους επιτόπιους ελέγχους στις σχολικές μονάδες και στις εγκαταστάσεις του αναδόχου κατά την υλοποίηση του προγράμματος κατά την διάρκεια του σχολικού έτους όσον αφορά την προμήθεια και τη διανομή προϊόντων και τα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα, βάσει εξαχθέντος δείγματος ελέγχου.

Επίσης, επιτόπιοι έλεγχοι ποιότητας στον ανάδοχο πραγματοποιήθηκαν στις εγκαταστάσεις τυποποίησης, συσκευασίας και αποθήκευσης των προϊόντων, από τους αρμόδιους ελεγκτές ποιότητας στην περιοχή ευθύνης των οποίων βρίσκονται οι μονάδες τυποποίησης, συσκευασίας και αποθήκευσης του αναδόχου. Για κάθε παρτίδα της εν λόγω πρώτης ύλης ή του συσκευασμένου προϊόντος ελήφθη δείγμα για τον ανωτέρω έλεγχο. Η δειγματοληψία έγινε σύμφωνα με την υπ' αρ. 3316/36486/28-03-2012 Κατευθυντήρια Οδηγία διενέργειας δειγματοληψίας υπολειμμάτων φυτοπροστατευτικών προϊόντων σε πρωτογενή τρόφιμα φυτικής προέλευσης, όπως ισχύει. Συγκροτήθηκε διμελές κλιμάκιο για τη διασφάλιση των ελέγχων. Οι αναλύσεις διεξήχθησαν σε εργαστήρια διαπιστευμένα κατά το πρότυπο ΕΛΟΤ EN ISO/I.E.C. 17025/2005.

Οι κατά τόπους αρμόδιες υπηρεσίες διενέργησαν επιτόπιους ελέγχους κατά την άφιξη των φρούτων και λαχανικών στην Περιφερειακή Ενότητα αρμοδιότητάς τους, καθώς και έκτακτους ποιοτικούς ελέγχους στις σχολικές μονάδες.

Συνολικά, κατά το σχολικό έτος 2021-2022 πραγματοποιήθηκαν έλεγχοι υπολειμμάτων φυτοπροστατευτικών προϊόντων στο σύνολο των διανεμηθέντων ποσοτήτων σε σύνολο 7.229 πραγματοποιηθεισών διανομών σε επιλεγμένους αναλυτικούς ελέγχους αποσφράγισης.



Πίνακας 4.97 Κατάσταση ελέγχων υπολειμμάτων φυτοπροστατευτικών προϊόντων (ελεγχθείσες και δηλωθείσες ποσότητες) για το σχολικό έτος 2021-2022

Προϊόν	Ελεγχθείσα	Δηλωθείσα
Αχλάδια	464.237	406.712
Μανταρίνια	0	0
Βερούκοκα	173.989	166.433
Ροδάκινα/νεκταρίνια	347.978	332.866
Τοματάκια cherry	588.533	573.145
Αγγουράκια Κνωσσού	2.093.442	1.719.435
Μήλα	919.264	813.424
Πορτοκάλια	838.172	813.424
Σύνολο	5.425.61	4.825.439

Επίσης, πραγματοποιήθηκαν από τις Περιφερειακές Διευθύνσεις του ΟΠΕΚΕΠΕ, έλεγχοι σε δείγμα συνολικά 17 σχολικών μονάδων των περιφερειών Αττικής (7 σχολεία), Αχαΐας (3 σχολεία), Κεντρικής Μακεδονίας (4 σχολεία) και Κρήτης (3 σχολεία) που συμμετέχουν στο πρόγραμμα. Σε επόμενη χρονική περίοδο και έως 8 μήνες μετά τη λήξη του σχολικού έτους, θα πραγματοποιηθούν έλεγχοι στις έδρες των αναδόχων που πραγματοποιούν τις διανομές.

Το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων στο πλαίσιο υλοποίησης του προγράμματος επέστρεψε τις εκπαιδευτικές δράσεις, ενέκρινε τα συνοδευτικά μέτρα και μερίμνησε για την υλοποίησή τους. Επιπλέον μερίμνησε για τη διαδικασία της παραλαβής των προϊόντων, απέστειλε και συγκέντρωσε ανά σχολική μονάδα τις υπεύθυνες δηλώσεις των γονέων - κηδεμόνων για τη συμμετοχή των παιδιών-μαθητών στο πρόγραμμα καθώς και τις τυχόν αλλεργίες και δυσανεξίες, και στη συνέχεια ενημέρωσε τη Διεύθυνση Προώθησης Γεωργικών Προϊόντων και τις αρμόδιες κατά προϊόν διευθύνσεις του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων. Καθόρισε τη διαδικασία από την παραλαβή των προϊόντων στα σχολεία έως και τη διάθεσή τους στους μαθητές, ενημέρωσε σχετικά τους υπευθύνους των σχολείων, και μερίμνησε για την πραγματοποίηση ενημερωτικής διδασκαλίας σχετικά με την υγιεινή διατροφή και ειδικότερα την αναγκαιότητα συμμετοχής των φρούτων και λαχανικών στο καθημερινό διαιτολόγιο των παιδιών, στα σχολεία.

Πιο συγκεκριμένα, το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων ενημέρωσε τις συμμετέχουσες σχολικές μονάδες και σε κάθε σχολική μονάδα να συγκροτήθηκε Επιτροπή Παραλαβής, αρμόδια για τον έλεγχο της ποσοτικής παραλαβής των προϊόντων από τον εκπρόσωπο των φορέων υλοποίησης. Η επιτροπή αυτή, μετά από κάθε διανομή των προϊόντων καταχωρούσε σε ηλεκτρονική εφαρμογή, που τηρεί και διαχειρίζεται ο ΟΠΕΚΕΠΕ για το σκοπό αυτό, τα σχετικά κατά περίπτωση στοιχεία των διανομών, σύμφωνα με τα πρωτόκολλα παράδοσης-παραλαβής (προϊόντος,



ερωτηματολογίων, προβολής-διαφήμισης, συνοδευτικών μέτρων) και με τα λοιπά παραστατικά (δελτία αποστολής κ.α.).

Επίσης, οι υπεύθυνοι κάθε σχολείου συμπλήρωσαν και υπέγραψαν το «Πρωτόκολλο Παράδοσης - Παραλαβής φρούτων λαχανικών και γάλακτος στο Δημοτικό Σχολείο», το «Πρωτόκολλο Παράδοσης - Παραλαβής μέτρων για την προβολή του προγράμματος στο Δημοτικό Σχολείο», το «Πρωτόκολλο Παράδοσης - Παραλαβής συνοδευτικών μέτρων στο Δημοτικό Σχολείο», το «Πρωτόκολλο Παράδοσης - Παραλαβής ερωτηματολογίων στο Δημοτικό Σχολείο» Το ένα αντίγραφο του πρωτοκόλλου παρέμεινε στη σχολική μονάδα και το δεύτερο παραδόθηκε στον ανάδοχο.

Κατά το σχολικό έτος 2021/2022 οι υπεύθυνοι των σχολικών μονάδων δεν συμπλήρωσαν «Πρωτόκολλο παράδοσης –παραλαβής μέτρων προβολής», γιατί τα μέτρα προβολής αφορούσαν την προβολή τηλεοπτικών και ραδιοφωνικών μηνυμάτων που τα αποτελέσματα της υλοποίησής τους δεν πιστοποιούνται και παραλαμβάνονται από τις σχολικές μονάδες. Ομοίως, δεν συμπλήρωσαν «πρωτοκόλλα παράδοσης παραλαβής συνοδευτικών μέτρων», γιατί η εκπαιδευτική πλατφόρμα πιστοποιείται και παραλαμβάνεται από την επιτροπή παρακολούθησης και παραλαβής του άρθρου 6 (γγ) της ΚΥΑ 1/1135/2021

Τέλος, με μέριμνα των διευθυντών των σχολικών μονάδων πραγματοποιήθηκε κανονικά και χωρίς ιδιαίτερα προβλήματα η τελική διανομή του προϊόντος στους μαθητές, καθώς και η ανάρτηση της αφίσας του προγράμματος μόνιμα στην κύρια είσοδο του σχολείου σε σημείο τέτοιο ώστε να είναι εμφανής και ευανάγνωστη. Επίσης, απέσταλη εγκαίρως η κατάσταση των σχολείων στα οποία γίνεται η διανομή, με επικαιροποιημένο τον αριθμό των μαθητών ανά σχολείο και ενεκρίθησαν τα ερωτηματολόγια αξιολόγησης του προγράμματος, μετά την υποβολή σχετικών παρατηρήσεων.

Η προετοιμασία στην επιλογή και ενημέρωση των σχολικών μονάδων που συμμετέχουν στο πρόγραμμα ήταν άρτια με την παροχή αναλυτικών οδηγιών και διευκρινίσεων αναφορικά με τις διαδικασίες υλοποίησης του προγράμματος, παρ' όλα αυτά, στην πράξη υπήρξαν ορισμένοι ενδοιασμοί και επιφυλάξεις.

Ως γενική παρατήρηση η συμμετοχή των υπευθύνων αρχών και των εμπλεκομένων μερών κρίνεται ικανοποιητική, χωρίς κανένα αξιοσημείωτο πρόβλημα.



5. Απαντήσεις στα κοινά ερωτήματα αξιολόγησης

5.1 Σε ποιο βαθμό το πρόγραμμα για τα σχολεία έχει αυξήσει τη συνολική κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων από τα παιδιά, σύμφωνα με τις εθνικές συστάσεις για υγιεινή διατροφή της προβλεπόμενης ηλικιακής ομάδας;

5.1.1 Μεταβολή της άμεσης και έμμεσης κατανάλωσης νωπών φρούτων και λαχανικών από τα παιδιά (ποσότητα και/ή συχνότητα)

Σύμφωνα με τις απαντήσεις των διευθυντών των σχολικών μονάδων, τα οπωρολαχανικά που διανεμήθηκαν είτε καταναλώθηκαν στη διάρκεια της σχολικής ημέρας, είτε μεταφέρθηκαν από τους μαθητές για κατανάλωση στο σπίτι. Όμως, σε ένα ποσοστό ίσο με 5,88% των σχολείων του δείγματος παρατηρήθηκε το γεγονός ότι οι μαθητές απέρριψαν και δεν κατανάλωσαν τα λαχανικά.

Πίνακας 5.1 Άμεση κατανάλωση διανεμηθέντων φρούτων και λαχανικών κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Φρούτα	Λαχανικά
Τα έφαγαν	49,55%	15,61%
Τα πέταξαν	0,00%	5,88%
Τα πήραν στο σπίτι τους	50,46%	78,51%

Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τις απαντήσεις των διευθυντών, **στα παιδιά άρεσαν ιδιαίτερα τα φρούτα με έμφαση στα μήλα και στα αχλάδια**. Στις περιπτώσεις των ολοήμερων σχολείων που προσφέρουν γεύμα στους μαθητές, η κατανάλωση των διανεμηθέντων τροφίμων πραγματοποιήθηκε παράλληλα με το προσφερόμενο γεύμα.

Σύμφωνα με τις απαντήσεις των γονέων και κηδεμόνων, η άμεση κατανάλωση των τροφίμων θα μπορούσε να ήταν υψηλότερη εφόσον (α) οι προσφερόμενες μερίδες ήταν μικρότερες και τακτικότερες, ούτως ώστε να μπορεί να καταναλωθεί ολόκληρη η προσφερόμενη ποσότητα αυθημερόν και να γινόταν συνήθεια στους μαθητές η κατανάλωση των τροφίμων αυτών, (β) σε κάθε διανομή τα φρούτα ήταν ώριμα για κατανάλωση, (γ) η κατανάλωση συνδυαζόταν με την παροχή ενός ολοκληρωμένου γεύματος, όπως στην περίπτωση των ολοήμερων σχολείων.

Το φαινόμενο της απόρριψης των λαχανικών μπορεί ενδεχομένως να ερμηνευθεί αν ληφθούν υπ' όψη ορισμένα παράπονα για την ποιότητα των αγγουριών, αλλά και εν γένει στη διστακτικότερη στάση των μαθητών έναντι της κατανάλωσης λαχανικών.

Από την επεξεργασία των αποτελεσμάτων της έρευνας πεδίου, προέκυψε ότι αυξήθηκε κατά 7,85% το ποσοστό των μαθητών του προγράμματος που καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως και κατά 4,31% το ποσοστό των μαθητών του προγράμματος που καταναλώνουν καθημερινά λαχανικά.



Πίνακας 5.2 Δείκτες εκροών στόχων εθνικής στρατηγικής για την Ελλάδα όσον αφορά τα φρούτα και λαχανικά

Δείκτης	Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)			Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		
	Φάση 0	Φάση 1	%Δ	Φάση 0	Φάση 1	%Δ
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως	40,33%	48,18%	7,85%	44,10%	48,29%	4,19%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που καταναλώνουν καθημερινά λαχανικά	24,56%	28,87%	4,31%	24,75%	26,57%	1,82%

Όσον αφορά στους στόχους κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών **παρατηρείται πλήρης επίτευξη των στόχων της εθνικής στρατηγικής** (αύξηση κατά 5% στο ποσοστό κατανάλωσης τουλάχιστον 2 μερίδων φρούτων ημερησίως, αύξηση κατά 4% στο ποσοστό κατανάλωσης λαχανικών καθημερινώς). Επίσης, προκύπτει ότι **η αύξηση της κατανάλωσης οπωρολαχανικών μπορεί να θεωρηθεί εν μέρει τουλάχιστον επίδραση της υλοποίησης του προγράμματος**, καθώς στην ομάδα ελέγχου παρατηρήθηκε μεν αύξηση, αλλά σαφώς χαμηλότερη. Ωστόσο, τα επίπεδα κατανάλωσης οπωρολαχανικών είναι συγκρίσιμα μεταξύ των δύο ομάδων με αμελητέες μάλλον διαφορές.

5.1.2 Μεταβολή της άμεσης και έμμεσης κατανάλωσης γάλακτος κατανάλωσης από τα παιδιά (ποσότητα και/ή συχνότητα)

Σύμφωνα με τις απαντήσεις των διευθυντών των σχολικών μονάδων, παρατηρήθηκε επιφυλακτικότητα ως προς την κατανάλωση του γάλακτος, καθώς μόλις στο 31,37% των σχολικών μονάδων η κύρια τάση ήταν οι μαθητές να καταναλώσουν το διανεμηθέν γάλα στη διάρκεια της σχολικής ημέρας, ενώ στο 68,63% των σχολικών μονάδων η κύρια τάση ήταν η μεταφορά του γάλακτος για κατανάλωση στο σπίτι.

Πίνακας 5.3 Άμεση κατανάλωση διανεμηθέντος γάλακτος κατά τα σχολικά έτη 2018-2019 και 2021-2022 (μέσος όρος)

	Γάλα
Τα έφαγαν	31,37%
Τα πέταξαν	0,00%
Τα πήραν στο σπίτι τους	68,63%

Από την επεξεργασία των αποτελεσμάτων της έρευνας πεδίου, προέκυψε ότι μειώθηκε κατά 2,97% το ποσοστό των μαθητών του προγράμματος που καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους.



Πίνακας 5.4 Δείκτες εκροών στόχων εθνικής στρατηγικής για την Ελλάδα όσον αφορά το γάλα

Δείκτης	Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)			Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		
	Φάση 0	Φάση 1	%Δ	Φάση 0	Φάση 1	%Δ
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους	91,76%	88,79%	-2,97%	93,72%	86,94%	-6,78%

Όσον αφορά στο στόχο κατανάλωσης γάλακτος, προκύπτει μείωση της κατανάλωσης, έναντι στόχου για 5% αύξηση. Ωστόσο, παρατηρείται υπερδιπλάσια μείωσης της κατανάλωσης γάλακτος στην ομάδα ελέγχου, με αποτέλεσμα να συμπεραίνεται ότι η υλοποίηση του προγράμματος στην ομάδα παρέμβασης να συνέβαλε στη συγκράτηση της μείωσης της κατανάλωσης γάλακτος. Γενικά πάντως, **το ποσοστό των μαθητών που καταναλώνει τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό είναι πολύ υψηλό και δεν θα πρέπει να αναμένεται περαιτέρω αύξησή του,** πέραν του επιπέδου του 90%, καθώς ορισμένα παιδιά δεν πίνουν γάλα είτε για ειδικούς λόγους (π.χ. δυσανεξία στη λακτόζη), είτε επειδή δεν το επιλέγουν ως πρωινό.

5.1.3 Μεταβολή του ποσοστού των παιδιών που λαμβάνουν τη συνιστώμενη ημερήσια πρόσληψη φρούτων και λαχανικών

Σύμφωνα με τον πίνακα 5.5, μόλις το 13,53% των παιδιών ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως.

Πίνακας 5.5 Δείκτης συνιστώμενης πρόσληψης φρούτων και λαχανικών

Δείκτης	Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)			Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		
	Φάση 0	Φάση 1	%Δ	Φάση 0	Φάση 1	%Δ
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως	7,38%	13,53%	6,15%	6,96%	12,36%	5,40%

Είναι φανερό, ότι **το πρόγραμμα δεν αποσκοπούσε στην ικανοποίηση της ανάγκης πρόσληψης από τα παιδιά των συνιστώμενων μερίδων φρούτων και λαχανικών.**

Συνοψίζοντας, παρατηρήθηκε αύξηση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών στους μαθητές της ομάδας παρέμβασης, όπως και της ομάδας ελέγχου, στοιχείο που αντανακλά την αυξητική τάση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και μάλλον δεν μπορεί να αποδοθεί στις δράσεις του προγράμματος.



5.1.4 Μεταβολή του ποσοστού των παιδιών που τηρούν τις συστάσεις των εθνικών αρχών σε θέματα υγείας και διατροφής όσον αφορά την ημερήσια πρόσληψη γάλακτος κατανάλωσης και άλλων γαλακτοκομικών προϊόντων, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, αρωματικών ουσιών, φρούτων, καρπών ή κακάου και σύμφωνα με τα επίπεδα λιπαρών και νατρίου που συνιστώνται σε εθνικό επίπεδο για την προβλεπόμενη ηλικιακή ομάδα

Σύμφωνα με τον πίνακα 5.6, μόλις το 7,48% των παιδιών ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών προϊόντων ημερησίως.

Πίνακας 5.6 Δείκτες συνιστώμενης πρόσληψης γαλακτοκομικών προϊόντων

Δείκτης	Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)			Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		
	Φάση 0	Φάση 1	%Δ	Φάση 0	Φάση 1	%Δ
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως	5,87%	7,48%	1,61%	6,92%	4,32%	-2,60%

Η διανομή του γάλακτος φαίνεται να επηρέασε θετικά το δείκτη της συνιστώμενης πρόσληψης γαλακτοκομικών, που παρουσίασε μικρή αύξηση, έναντι μείωσης στην ομάδα ελέγχου.

Ωστόσο, η στόχευση της εθνικής στρατηγικής δεν βοήθησε ουσιαστικά στην αύξηση του ποσοστού των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως, καθώς τα σχετικά ποσοστά παραμένουν πολύ χαμηλά.



5.2 Σε ποιο βαθμό το πρόγραμμα για τα σχολεία έχει συμβάλει στην εκπαίδευση των παιδιών σχετικά με τις υγιεινές διατροφικές συνήθειες

5.2.1 Αλλαγή στη συμπεριφορά των παιδιών όσον αφορά την κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων, σύμφωνα με τις εθνικές συστάσεις για υγιεινή διατροφή της προβλεπόμενης ηλικιακής ομάδας

Σε γενικές γραμμές, **τα παιδιά αρέσκονται στην κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος γύρω στο 90%, η επίδοση αυτή, ωστόσο, δεν μπορεί να αποδοθεί στην υλοποίηση του προγράμματος.** Επίσης, τα φρούτα είναι σαφώς πιο δημοφιλή από τα λαχανικά. Παρ' ότι στα συνοδευτικά εκπαιδευτικά μέτρα υλοποιήθηκαν δράσεις εξοικείωσης των μαθητών με ποικιλία οπωρολαχανικών, **η υλοποίηση του προγράμματος δεν είχε το επιθυμητό αποτέλεσμα, να «συστήσει» στους μαθητές λιγότερο γνωστά φρούτα και λαχανικά και να τα καταστήσει πιο δημοφιλή, ούτε να εξισορροπήσει την προτίμηση των λαχανικών σε σχέση με αυτή για τα φρούτα.**

Επίσης, περίπου 4 στους 10 μαθητές θα επιθυμούσαν να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά και περίπου 1 στους 3 μαθητές θα επιθυμούσαν να καταναλώνουν περισσότερο γάλα, στοιχείο που δείχνει τις δυνατότητες του προγράμματος.

Πίνακας 5.7 Στάση απέναντι στην κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος

Δείκτης	Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)			Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		
	Φάση 0	Φάση 1	%Δ	Φάση 0	Φάση 1	%Δ
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά	88,05%	90,36%	2,31%	85,01%	92,03%	7,02%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα	90,66%	86,56%	-4,10%	89,07%	87,77%	-1,30%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά	40,99%	44,54%	3,55%	38,30%	46,42%	8,12%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερο γάλα	40,11%	35,50%	-4,61%	36,85%	33,11%	-3,74%

Πίνακας 5.8 Δημοφιλέστερα φρούτα και λαχανικά

Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)	
Φάση 0	Φάση 1	Φάση 0	Φάση 1
Μήλο, Πορτοκάλι, Μπανάνα, Κρεμμύδι, Αγγούρι, Σταφύλι, Ντομάτα, Καρπούζι, Μανταρίνι, Ροδάκινο	Αγγούρι, Μήλο, Ντομάτα, Μπανάνα, Πορτοκάλι, Κεράσι, Μανταρίνι, Καρπούζι, Κρεμμύδι, Λεμόνι	Μήλο, Πορτοκάλι, Μπανάνα, Κρεμμύδι, Ντομάτα, Σταφύλι, Αγγούρι, Μανταρίνι, Καρπούζι, Ροδάκινο	Μήλο, Αγγούρι, Ντομάτα, Μπανάνα, Πορτοκάλι, Φράουλα, Κεράσι, Καρπούζι, Σταφύλι, Μανταρίνι

Συνοψίζοντας, παρ' ότι διαπιστώνεται μια πολύ υψηλή αρέσκεια των μαθητών για κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, **το πρόγραμμα δεν κατάφερε να ενισχύσει τη**



διάθεση των μαθητών για την κατανάλωση περισσότερων μερίδων, ούτε να «συστήσει» στους μαθητές λιγότερα δημοφιλή φρούτα και κυρίως λαχανικά.

5.2.2 Αλλαγή στις γνώσεις των παιδιών σχετικά με τα οφέλη για την υγεία από την κατανάλωση νωπών φρούτων και λαχανικών, γάλακτος κατανάλωσης και γαλακτοκομικών προϊόντων, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, αρωματικών ουσιών, φρούτων, καρπών ή κακάου και σύμφωνα με τα επίπεδα λιπαρών και νατρίου που συνιστώνται σε εθνικό επίπεδο για την προβλεπόμενη ηλικιακή ομάδα

Οι μαθητές γενικώς έχουν πολύ καλές γνώσεις αναφορικά με τα γεωργικά προϊόντα, καθώς σε ποσοστά άνω του 90% γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού, καθώς και τα βιολογικά προϊόντα, σε ποσοστό 80% είναι σε θέση να αναγνωρίσουν περισσότερα από 10 φρούτα και σε ποσοστό 70% είναι σε θέση να αναγνωρίσουν περισσότερα από 10 λαχανικά. Προκύπτει, δηλαδή, ότι η γνώση των μαθητών αναφορικά με τα γεωργικά προϊόντα στα πλαίσια της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης είναι ικανοποιητική, ανεξαρτήτως συμμετοχής στο συγκεκριμένο πρόγραμμα.

Πίνακας 5.9 Δείκτες γνώσης των γεωργικών προϊόντων

Δείκτης	Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)			Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		
	Φάση 0	Φάση 1	%Δ	Φάση 0	Φάση 1	%Δ
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσει πάνω από 10 φρούτα	56,45%	79,71%	23,26%	58,21%	81,53%	23,32%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσει πάνω από 10 λαχανικά	34,69%	69,97%	35,28%	42,35%	68,91%	26,56%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού	88,93%	93,67%	4,74%	89,23%	92,10%	2,87%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα	48,70%	93,57%	44,87%	51,26%	94,23%	42,97%

Οι μαθητές της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, ανεξαρτήτως συμμετοχής στο συγκεκριμένο πρόγραμμα, είναι επαρκώς ενημερωμένοι, αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής και τη διαπίστωση ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία, σε ποσοστό μεγαλύτερο του 90%.

Δεν προκύπτουν, ωστόσο, ανάλογα αποτελέσματα αναφορικά με τη γνώση των συνιστώμενων μερίδων κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών από τα παιδιά. Και ενώ οι γονείς και κηδεμόνες εμφανίζονται σχετικά ευαισθητοποιημένοι αναφορικά με την αξία παροχής γάλακτος στα παιδιά, παρατηρείται γενικευμένη άγνοια, τόσο από τα παιδιά, όσο και από τους γονείς και κηδεμόνες, αναφορικά με τις συνιστώμενες μερίδες κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών. Επίσης, **το πρόγραμμα, παρά την υλοποίηση σχετικών δράσεων ενημέρωσης, όπως η ηλεκτρονική εκπαιδευτική πλατφόρμα,**



δεν είχε το επιθυμητό αποτέλεσμα να ευαισθητοποιήσει γονείς / κηδεμόνες και μαθητές αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες.

Πίνακας 5.10 Δείκτες γνώσης ωφελειών κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος

Δείκτης	Ομάδα Παρέμβασης (συμμετείχαν στο πρόγραμμα)			Ομάδα Ελέγχου (δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα)		
	Φάση 0	Φάση 1	%Δ	Φάση 0	Φάση 1	%Δ
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	2,99%	5,27%	2,28%	4,08%	4,43%	0,35%
Ποσοστιαία αύξηση των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	5,99%	5,00%	-0,99%	7,44%	3,84%	-3,60%
Ποσοστιαία αύξηση των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες γαλακτοκομικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	15,80%	16,11%	0,31%	18,38%	14,06%	-4,32%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής	54,23%	93,61%	39,38%	56,26%	96,74%	40,48%
Ποσοστιαία αύξηση των μαθητών που γνωρίζουν ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία	89,14%	93,06%	3,92%	90,97%	92,09%	1,12%



6. Συμπεράσματα και προτάσεις

6.1 Αποτελεσματικότητα του προγράμματος

Όσον αφορά στους στόχους κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών **παρατηρείται επίτευξη των στόχων της εθνικής στρατηγικής** (αύξηση κατά 5% στο ποσοστό κατανάλωσης τουλάχιστον 2 μερίδων φρούτων ημερησίως, αύξηση κατά 4% στο ποσοστό κατανάλωσης λαχανικών καθημερινώς). Επίσης, προκύπτει ότι **η αύξηση της κατανάλωσης οπωρολαχανικών μπορεί να θεωρηθεί εν μέρει τουλάχιστον απόρροια της υλοποίησης του προγράμματος**, καθώς στην ομάδα ελέγχου παρατηρήθηκε μεν αύξηση, αλλά σαφώς χαμηλότερη.

Όσον αφορά στο στόχο κατανάλωσης γάλακτος, προκύπτει μείωση της κατανάλωσης, έναντι στόχου για 5% αύξηση. Ωστόσο, παρατηρείται υπερδιπλάσια μείωσης της κατανάλωσης γάλακτος στην ομάδα ελέγχου, με αποτέλεσμα να συμπεραίνεται ότι η υλοποίηση του προγράμματος στην ομάδα παρέμβασης να συνήργησε στη συγκράτηση της μείωσης της κατανάλωσης γάλακτος.

Γενικά πάντως, **το ποσοστό των μαθητών που καταναλώνει τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό είναι πολύ υψηλό και δεν θα πρέπει να αναμένεται περαιτέρω αύξησή του**, πέραν του επιπέδου του 90%, καθώς ορισμένα παιδιά δεν πίνουν γάλα είτε για ειδικούς λόγους (π.χ. δυσανεξία στη λακτόζη), είτε επειδή δεν το επιλέγουν ως πρωινό.

Οι μαθητές γενικώς έχουν πολύ καλές γνώσεις αναφορικά με τα γεωργικά προϊόντα, καθώς σε ποσοστά άνω του 90% γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού, καθώς και τα βιολογικά προϊόντα, σε ποσοστό 80% είναι σε θέση να αναγνωρίσουν περισσότερα από 10 φρούτα και σε ποσοστό 70% είναι σε θέση να αναγνωρίσουν περισσότερα από 10 λαχανικά.

Προκύπτει, δηλαδή, ότι **η γνώση των μαθητών αναφορικά με τα γεωργικά προϊόντα στα πλαίσια της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης είναι ικανοποιητική, ανεξαρτήτως συμμετοχής στο συγκεκριμένο πρόγραμμα**.

Αντιστοίχως, πολύ υψηλά είναι τα ποσοστά των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά, καθώς και των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα.

Σε επίπεδο σχεδιασμού και υλοποίησης, η στόχευση της εθνικής στρατηγικής δεν περιελάμβανε την αύξηση του ποσοστού των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως, καθώς και του ποσοστού των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως. Επίσης, η υλοποίηση του προγράμματος δεν στόχευε να «συστήσει» στους μαθητές λιγότερο γνωστά φρούτα και λαχανικά και να τα



καταστήσει πιο δημοφιλή, ούτε να εξισορροπήσει την προτίμηση των λαχανικών σε σχέση με αυτή για τα φρούτα. Τέλος ως εξίσου σημαντικό συμπέρασμα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, το πρόγραμμα δεν αποσκοπούσε στο να ευαισθητοποιήσει γονείς / κηδεμόνες και μαθητές αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες.



6.2 Διδάγματα

Η κύρια στενωπός του συστήματος υλοποίησης του προγράμματος και σημαντική αιτία για τη μη υλοποίηση των δραστηριοτήτων του προγράμματος σε δύο σχολικά έτη είναι οι χρονικοί περιορισμοί που προκύπτουν από την υφιστάμενη νομοθεσία για την προετοιμασία και διενέργεια των διαγωνισμών, όπως προκύπτει από την αξιοσημείωτη καθυστέρηση της υπογραφής των συμβάσεων, που στη συνέχεια επιφέρει σημαντική επιβράδυνση του χρόνου ανάθεσης των προμηθειών και των μελετών. Ως αποτέλεσμα των παραπάνω σημαντικές χρονικές καθυστερήσεις έχουν προκύψει στην πενταετή περίοδο οδηγώντας στη ματαίωση της υλοποίησης του προγράμματος για δύο σχολικά έτη από τα συνολικά πέντε.

Τα παραπάνω προβλήματα επιδεινώθηκαν εξαιτίας των περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση των συνεπειών της πανδημίας του κορωνοϊού.

Στο βαθμό που υλοποιήθηκε το πρόγραμμα, η υλοποίηση μπορεί να χαρακτηριστεί επιτυχημένη, καθώς τόσο η διανομή, όσο και τα συνοδευτικά μέτρα, δηλαδή τα εκπαιδευτικά μέτρα και η δημοσιότητα του προγράμματος, κρίθηκε τόσο από τη συντριπτική πλειονότητα των γονέων και κηδεμόνων, όσο και των εκπαιδευτικών που συμμετείχαν στην έρευνα θετικά, ενώ σε πολλές περιπτώσεις οι αξιολογήσεις και τα σχόλια ήταν ενθουσιώδη.

Ειδικότερα, όσον αφορά τα εκπαιδευτικά μέτρα, υπάρχει μεγάλο ενδιαφέρον και επιθυμία των γονέων και κηδεμόνων να συμμετάσχουν στην υλοποίησή τους, όπως προκύπτει από την έρευνα, γεγονός όμως που δεν αξιοποιήθηκε κατά την υλοποίηση αυτής της δράσης του προγράμματος.

Καταλήγοντας, ως γενικότερο συμπέρασμα, κρίνοντας από τα αποτελέσματα υλοποίησης των προηγούμενων προγραμμάτων των προηγούμενων περιόδων, το παρόν πρόγραμμα εμφανίζεται στο σύνολό του καλύτερα σχεδιασμένο (ειδικότερα ως προς το σκέλος των συνοδευτικών μέτρων και των μέτρων δημοσιότητας) και οι εντυπώσεις από την υλοποίηση της παρούσας περιόδου υπό αξιολόγηση σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας όπως αναλύθηκαν εκτενώς στην παρούσα έκθεση είναι θετικές, όπως εκφράζονται από γονείς και εκπαιδευτικούς, και δημιουργούν πολλές προσδοκίες για μια ακόμα καλύτερη μελλοντική πορεία.



6.3 Συστάσεις για βελτίωση

Λαμβάνοντας υπ' όψιν τα δεδομένα της υλοποίησης του προγράμματος, αλλά και τα ευρήματα της έρευνας πεδίου, προτείνονται οι ακόλουθες προτάσεις για την περαιτέρω βελτίωση του προγράμματος.

Κατ' αρχάς, προτείνεται η **σύνδεση των στόχων του προγράμματος με τις συστάσεις διεθνών οργανισμών** για πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως, καθώς και πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως.

Η πρόταση αυτή αφορά δύο σκέλη: αφενός την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση τόσο των μαθητών, όσο και των γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες και αφετέρου την επιδίωξη αύξηση της κατανάλωσης στα επίπεδα αυτά.

Προκειμένου να διασφαλιστεί ότι το μήνυμα θα φθάσει σε όλους τους γονείς και κηδεμόνες, προτείνονται κατ' αρχάς η εξέταση πρακτικών λύσεων, όπως π.χ. την αναγραφή των συνιστώμενων δόσεων στη συσκευασία διανομής, τη χορήγηση μαζί της συσκευασίας διανομής ενός διακοσμητικού μαγνήτη που μπορεί να τοποθετηθεί στην κουζίνα (π.χ. ψυγείο) και ο οποίος μπορεί να υπενθυμίζει τις συνιστώμενες ποσότητες κ.λπ.

Δεύτερον, προτείνεται να δοθεί **μεγαλύτερη έμφαση στην κατανάλωση λαχανικών**, τόσο ως προς την ποσότητα, όσο και ως προς την ποικιλία, η οποία παρουσιάζει τη μεγαλύτερη δυσκολία υιοθέτησής της από τους μαθητές.

Για το σκοπό αυτό προτείνεται να εξεταστεί η διάθεση των λαχανικών είτε στη μορφή έτοιμης σαλάτας (αρτυμένη π.χ. με ελαιόλαδο, λεμόνι, ξύδι, ή μέλι), είτε με τη μορφή έτοιμων λαδερών γευμάτων (π.χ. αρακάς, κολοκυθάκια, μελιτζάνες κ.λπ.). Η επιμέλεια των προτάσεων αυτών μπορεί να ανατεθεί σε επαγγελματίες μάγειρες (ενδεχομένως δημοφιλείς στα παιδιά μέσω τηλεοπτικών εκπομπών), οι οποίοι θα προτείνουν γεύματα λαχανικών, είτε εμπνεόμενοι από την παράδοση, είτε καινοτομώντας, με έμφαση σε κάθε περίπτωση στη διατροφική αξία και την «καταλληλότητά» τους, ώστε να είναι αρεστά από παιδιά. Επίσης, στη συσκευασία κάθε γεύματος μπορεί να αναγράφεται η διατροφική αξία του και η συνταγή του, ώστε να μπορεί να παρασκευαστεί στο σπίτι από τους γονείς και κηδεμόνες. Σε αυτά τα πλαίσια, προτείνεται, έστω πειραματικά, να εξεταστεί η **προσθήκη οσπρίων στα διανεμόμενα προϊόντα**.

Σε επίπεδο διανομής προτείνεται να εξεταστεί κατά πόσον είναι εφικτό (α) να προσφέρονται **μικρότερες και τακτικότερες μερίδες**, ούτως ώστε να γίνει συνήθεια στους μαθητές η κατανάλωση των τροφίμων αυτών, (β) η **κατανάλωση να συνδυάζεται με την παροχή ενός ολοκληρωμένου γεύματος**, όπως στην περίπτωση των ολόημερων σχολείων και (γ) να υπάρχει η **δυνατότητα συντήρησης στην ψύξη** κατά τη διάρκεια παραμονής των τροφίμων στις σχολικές μονάδες.



Τέλος, σε επίπεδο συντονισμού και διαχείρισης του προγράμματος από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων **είναι απαραίτητη η εξέταση επιλογών για την επίτευξη των διαδικασιών προετοιμασίας, υλοποίησης και ανάθεσης διαγωνισμών**, ειδικότερα σε σχέση με τη προμήθεια και διανομή φρούτων, λαχανικών και γάλακτος.

Για το συγκεκριμένο πρόγραμμα σε ετήσια βάση η υφιστάμενη νομοθεσία προμηθειών φαίνεται ότι παρουσιάζει προβλήματα διαχείρισης των απαιτούμενων χρόνων για την αρμόδια αρχή (ΥΠΑΑΤ), καθώς η προβλεπόμενη διαδικασία από τη διακήρυξη μέχρι την κατακύρωση έχει ήδη αποδειχθεί ότι μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα τη ματαίωση ή την πολύ σημαντική μείωση των προδιαγεγραμμένων δραστηριοτήτων του προγράμματος μέσα στα προβλεπόμενα νομοθετικά όρια. Για τους παραπάνω λόγους δεν υλοποιήθηκε το πρόγραμμα τις περιόδους 2017-2018 και 2020-2021 και υλοποιήθηκε μερικώς την περίοδο 2021-2022.



Παράρτημα Α' Υπόδειγμα Ερωτηματολογίων Ερωτηματολόγιο γονέων Έκδοση 2.1 (συμμετεχόντων μαθητών)



«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με την χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Αγαπητέ γονέα / κηδεμόνα,

Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων υλοποιούν το «Ευρωπαϊκό Σχολικό Πρόγραμμα Διανομής Φρούτων Λαχανικών και Γάλακτος» με τη χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει την προώθηση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών και τη διανομή γάλακτος στα σχολεία με στόχο την επίτευξη βιώσιμων αλλαγών στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών και την υιοθέτηση ενός υγιεινότερου τρόπου ζωής, σύμφωνα με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζει η κοινωνία μας. Επίσης, το Πρόγραμμα αυτό αποτελεί σημαντική ευκαιρία για την ενίσχυση των δεσμών ανάμεσα στην αγροτική/κτηνοτροφική κοινότητα και τα παιδιά, τους γονείς τους/τις εκπαιδευτικούς.

Για την επιτυχή υλοποίηση και αξιολόγηση του προγράμματος, είναι κρίσιμης σημασίας να καταγραφούν οι παράμετροι επιτυχίας του προγράμματος.

Για το σκοπό αυτό σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το συνημμένο ερωτηματολόγιο, που περιλαμβάνει απλές και σύντομες ερωτήσεις αναφορικά με τις καθημερινές συνήθειες του νοικοκυριού και του παιδιού σας, όσον αφορά την κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος και να το επιστρέψετε συμπληρωμένο μέσω του παιδιού σας στο/η δάσκαλο/δασκάλα του, **εντός χρονικού διαστήματος πέντε (5) ημερών από την ημερομηνία παραλαβής του.**

Με αυτό τον τρόπο μπορείτε να συμβάλετε και εσείς ουσιαστικά στην προσπάθεια που καταβάλλεται για την καλύτερη υγεία και ποιότητα ζωής των παιδιών σας.

Σας ευχαριστούμε πολύ εκ των προτέρων για τη συνεργασία σας.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης
και Τροφίμων

Εκδ. 2.1 /Μάρτιος 2022



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

Ως μία **μερίδα φρούτων και λαχανικών** ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερίκοκα, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι χυμός λαχανικών ή φρούτων

Σημειώνεται ότι στα λαχανικά δεν περιλαμβάνονται οι πατάτες.

Μια **μερίδα γαλακτοκομικών** ισοδυναμεί με ένα ποτήρι γάλα, ένα γιαούρτι 200 γρ. ή 30-40 γρ. τυρί.

1. ΟΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΑΣ

1.1. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνετε ΕΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.2. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνετε ΕΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα το πρωί |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |

1.3. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.4. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα το πρωί |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

1.5. Πόσο συχνά τρώτε ΕΞΕΙΣ προσωπικά γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

1.6. Πόσο συχνά τρώει το ΠΑΙΔΙ σας γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

2. Η ΣΤΑΣΗ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΦΡΟΥΤΩΝ, ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

2.1. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.2. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.3. Παρακαλούμε αναφέρατε πόσο συχνά αγοράζετε:

- | <u>φρούτα και λαχανικά</u> | <u>γάλα</u> |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα | <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

2.4. Παρακαλούμε αναφέρατε τι ετοιμάζετε για κολατσιό του παιδιού σας στο σχολείο:

- Φρούτα
- Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά
- Γάλα λευκό
- Άλλο, τι ακριβώς:.....
- Τίποτε



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

3. ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ

Ως μία μερίδα φρούτων και λαχανικών ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο, μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερίκοκο, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι χυμός λαχανικών ή φρούτων

3.1. Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα:

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Αβοκάντο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγγούρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγκινάρα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ακτινίδιο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αμύγδαλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανανάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αρακάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγλάδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βερίκοκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βλίτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Γκρέπ-φρουτ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρότο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρπούζι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρόδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κάστανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κεράσι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κολοκυθάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

3.1 Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ σας ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα (συνέχεια):

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Κουρουπίδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κρεμμύδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λάχανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λεμόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μανταρίνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μαρούλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μελιτζάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπανάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μήλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπρόκολο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ντομάτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παντζάρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πεπόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πιπεριά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πορτοκάλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ροδάκινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφύλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σέλινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σπανάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σύκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φασολάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φράουλα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

4. Η ΑΠΟΨΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ, ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

4.1. Αρέσει στο παιδί σας να καταναλώνει;

- φρούτα και λαχανικά γάλα
- Ναι Ναι
 Όχι Όχι

4.2. Θεωρείτε ότι θα ήθελε το παιδί σας να καταναλώνει περισσότερο;

- φρούτα και λαχανικά γάλα
- Ναι Ναι
 Όχι Όχι

4.3. Κατά την άποψή σας, γιατί τρώει το παιδί σας;

(παρακαλούμε επιλέξτε ΜΕΧΡΙ ΔΥΟ κυριότερους λόγους ανά κατηγορία)

	<u>Κατ Α: φρούτα και λαχανικά</u>	<u>Κατ Β: γάλα</u>
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για άλλους λόγους:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.4. Ποια είναι τα φρούτα και τα λαχανικά που προτιμά το παιδί σας;

.....
.....
.....

4.5. Πώς προτιμά το παιδί σας να καταναλώνει τα φρούτα και τα λαχανικά;

- Καθαρισμένα και τεμαχισμένα
 Σε χυμό
 Ολόκληρα και πλυμένα
 Αποξηραμένα

4.6. Πόσα φρούτα και λαχανικά μπορεί να αναγνωρίσει το παιδί σας;

	<u>Κατ Α: φρούτα</u>	<u>Κατ Β: λαχανικά</u>
Λιγότερα από 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 6 έως 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 11 έως 15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 16 έως 20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Περισσότερα από 20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.7. Το παιδί σας γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί;

- Ναι
 Όχι





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

4.8. Το παιδί σας γνωρίζει την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων;

- Ναι
 Όχι

4.9. Το παιδί σας γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία;

- Ναι
 Όχι

4.10. Ποια θεωρεί το ΠΑΙΔΙ σας ότι είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνει;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 Δεν γνωρίζει

4.11. Το παιδί σας γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής*;

- Ναι
 Όχι

*Η πυραμίδα μεσογειακής διατροφής είναι ένας απλός, παραστατικός τρόπος για να κατανοήσει κανείς πώς να τρέφεται σωστά σε καθημερινή βάση που περιλαμβάνει:

- άφθονες φυτικές ίνες (φρούτα, λαχανικά, ψωμί/δημητριακά, πατάτες, όσπρια, καρποί)
- ελάχιστα επεξεργασμένα προϊόντα
- γαλακτοκομικά προϊόντα καθημερινά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- ψάρια και πουλερικά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- κόκκινο κρέας 2 φορές το μήνα
- ελαιόλαδο ως κύρια πηγή λιπαρών που περιέχουν μονοακόρεστα λιπαρά οξέα

Σχολική μονάδα / τμήμα:.....

Περιοχή:.....

Ημερομηνία:.....

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ!

**Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΠΟΛΥΤΙΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΩΝ
ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΑΣ**



Ερωτηματολόγιο γονέων Έκδοση 2.1 (μη συμμετεχόντων μαθητών)



«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με την χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Αγαπητέ γονέα / κηδεμόνα,

Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων υλοποιούν το «Ευρωπαϊκό Σχολικό Πρόγραμμα Διανομής Φρούτων Λαχανικών και Γάλακτος» με τη χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει την προώθηση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών και τη διανομή γάλακτος στα σχολεία με στόχο την επίτευξη βιώσιμων αλλαγών στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών και την υιοθέτηση ενός υγιεινότερου τρόπου ζωής, σύμφωνα με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζει η κοινωνία μας. Επίσης, το Πρόγραμμα αυτό αποτελεί σημαντική ευκαιρία για την ενίσχυση των δεσμών ανάμεσα στην αγροτική/κτηνοτροφική κοινότητα και τα παιδιά, τους γονείς τους/τις εκπαιδευτικούς.

Για την επιτυχή υλοποίηση και αξιολόγηση του προγράμματος, είναι κρίσιμης σημασίας να καταγραφούν οι παράμετροι επιτυχίας του προγράμματος.

Για το σκοπό αυτό σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το συνημμένο ερωτηματολόγιο, που περιλαμβάνει απλές και σύντομες ερωτήσεις αναφορικά με τις καθημερινές συνήθειες του νοικοκυριού και του παιδιού σας, όσον αφορά την κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος και να το επιστρέψετε συμπληρωμένο μέσω του παιδιού σας στο/η δάσκαλο/δασκάλα του, **εντός χρονικού διαστήματος πέντε (5) ημερών από την ημερομηνία παραλαβής του.**

Με αυτό τον τρόπο μπορείτε να συμβάλετε και εσείς ουσιαστικά στην προσπάθεια που καταβάλλεται για την καλύτερη υγεία και ποιότητα ζωής των παιδιών σας.

Σας ευχαριστούμε πολύ εκ των προτέρων για τη συνεργασία σας.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης
και Τροφίμων

Εκδ. 2.1 /Μάρτιος 2022



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

Ως μία **μερίδα φρούτων και λαχανικών** ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερίκοκο, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι γυμνός λαχανικών ή φρούτων

Σημειώνεται ότι στα λαχανικά δεν περιλαμβάνονται οι πατάτες.

Μια **μερίδα γαλακτοκομικών** ισοδυναμεί με ένα ποτήρι γάλα, ένα γιαούρτι 200 γρ ή 30-40 γρ. τυρί.

1. ΟΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΑΣ

1.1. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνετε ΕΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.2. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνετε ΕΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα το πρωί |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |

1.3. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.4. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα το πρωί |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α΄:

ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

1.5. Πόσο συχνά τρώτε ΕΣΣΕΙΣ προσωπικά γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σοφλατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

1.6. Πόσο συχνά τρώει το ΠΑΙΔΙ σας γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σοφλατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

2. Η ΣΤΑΣΗ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΦΡΟΥΤΩΝ, ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

2.1. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.2. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.3. Παρακαλούμε αναφέρατε πόσο συχνά αγοράζετε:

φρούτα και λαχανικά

γάλα

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα | <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

2.4. Παρακαλούμε αναφέρατε τι ετοιμάζετε για κολατσιό του παιδιού σας στο σχολείο:

- Φρούτα
- Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά
- Γάλα λευκό
- Άλλο, τι ακριβώς:.....
- Τίποτε



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

3. ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ

Ως μία μερίδα φρούτων και λαχανικών ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο, μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερίκοκα, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι χυμός λαχανικών ή φρούτων

3.1. Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ σας ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα:

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Αβοκάντο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγγούρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγκινάρα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ακτινίδιο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αμύγδαλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανανάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αρακάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγλάδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βερίκοκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βλίτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Γκρέιπ-φρουτ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρότο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρπούζι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρύδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κάστανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κεράσι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κολοκυθάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

3.1 Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ σας ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα (συνέχεια):

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Κοινουπίδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κρεμμύδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λάχανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λεμόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μανταρίνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μαρούλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μελιτζάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπανάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μήλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπρόκολο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ντομάτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παντζάρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πεπόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πυρεριά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πορτοκάλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ροδάκινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφύλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σέλινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σπανάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σύκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φασολάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φράουλα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α΄:

ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

4. Η ΑΠΟΨΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ, ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

4.1. Αρέσει στο παιδί σας να καταναλώνει;

φρούτα και λαχανικά

γάλα

Ναι

Ναι

Όχι

Όχι

4.2. Θεωρείτε ότι θα ήθελε το παιδί σας να καταναλώνει περισσότερο;

φρούτα και λαχανικά

γάλα

Ναι

Ναι

Όχι

Όχι

4.3. Κατά την άποψή σας, γιατί τρώει το παιδί σας;

(παρακαλούμε επιλέξτε ΜΕΧΡΙ ΔΥΟ κυριότερους λόγους ανά κατηγορία)

Κατ Α: φρούτα και
λαχανικά

Κατ Β: γάλα

Για λόγους προτίμησης / γεύσης

Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)

Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)

Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)

Για άλλους λόγους:.....

4.4. Ποια είναι τα φρούτα και τα λαχανικά που προτιμά το παιδί σας;

.....

.....

.....

4.5. Πώς προτιμά το παιδί σας να καταναλώνει τα φρούτα και τα λαχανικά;

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα

Σε γυμό

Ολόκληρα και πλυμένα

Αποξηραμένα

4.6. Πόσα φρούτα και λαχανικά μπορεί να αναγνωρίσει το παιδί σας;

Κατ Α: φρούτα

Κατ Β: λαχανικά

Λιγότερα από 5

Από 6 έως 10

Από 11 έως 15

Από 16 έως 20

Περισσότερα από 20

4.7. Το παιδί σας γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί;

Ναι

Όχι





**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ**

4.8. Το παιδί σας γνωρίζει την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων;

- Ναι
 Όχι

4.9. Το παιδί σας γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία;

- Ναι
 Όχι

4.10. Ποια θεωρεί το ΠΑΙΔΙ σας ότι είναι η ΣΥΝΙΕΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνει;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 Δεν γνωρίζει

4.11. Το παιδί σας γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής*;

- Ναι
 Όχι

*Η πυραμίδα μεσογειακής διατροφής είναι ένας απλός, παραστατικός τρόπος για να κατανοήσει κανείς πώς να τρέφεται σωστά σε καθημερινή βάση που περιλαμβάνει:

- άφθονες φυτικές ίνες (φρούτα, λαχανικά, ψωμί/δημητριακά, πατάτες, όσπρια, καρποί)
- ελάχιστα επεξεργασμένα προϊόντα
- γαλακτοκομικά προϊόντα καθημερινά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- ψάρια και πουλερικά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- κόκκινο κρέας 2 φορές το μήνα
- ελαιόλαδο ως κύρια πηγή λιπαρών που περιέχουν μονοακόρεστα λιπαρά οξέα

Σχολική μονάδα / τμήμα:

Περιοχή:

Ημερομηνία:

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ!

**Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΠΟΛΥΤΙΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΩΝ
ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΑΣ**





«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με τη χρηματοδοτική συνεισφορά της Ευρωπαϊκής Ένωσης
Έκθεση Αξιολόγησης για τη σχολική περίοδο 2017-2022



Ερωτηματολόγιο γονέων Έκδοση 2.2 (συμμετεχόντων μαθητών)



«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με την χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ξτην παρούσα φάση πραγματοποιείται **ΔΕΥΤΕΡΗ, ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ (ΜΑΙΟΣ 2022) ΣΕ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΗΣ (ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2022)** για επικύρωση των αποτελεσμάτων και είναι απαραίτητη για την ολοκλήρωση της αξιολόγησης και για το λόγο αυτό παρακαλούμε για την υποστήριξη της διαδικασίας από μέρους σας

Αγαπητέ γονέα / κηδεμόνα,

Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων υλοποιούν το «Ευρωπαϊκό Σχολικό Πρόγραμμα Διανομής Φρούτων Λαχανικών και Γάλακτος» με τη χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει την προώθηση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών και τη διανομή γάλακτος στα σχολεία με στόχο την επίτευξη βιώσιμων αλλαγών στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών και την υιοθέτηση ενός υγιεινότερου τρόπου ζωής, σύμφωνα με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζει η κοινωνία μας. Επίσης, το Πρόγραμμα αυτό αποτελεί σημαντική ευκαιρία για την ενίσχυση των δεσμών ανάμεσα στην αγροτική/κτηνοτροφική κοινότητα και τα παιδιά, τους γονείς τους/τις εκπαιδευτικούς.

Για την επιτυχή υλοποίηση και αξιολόγηση του προγράμματος, είναι κρίσιμης σημασίας να καταγραφούν οι παράμετροι επιτυχίας του Προγράμματος.

Σε συνέχεια της προηγούμενης έρευνας στην οποία συμμετείχατε, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το συνημμένο ερωτηματολόγιο, απαντώντας στις ίδιες ερωτήσεις αυθόρμητα, λαμβάνοντας υπ' όψη σας τις σημερινές συνθήκες, **χωρίς κατ' ανάγκη οι απαντήσεις σας να επηρεαστούν από τις προηγούμενες της έρευνας του Απριλίου 2022**, ώστε να μπορέσουμε να επικυρώσουμε τα δεδομένα της έρευνας. Τέλος, σας καλούμε **να αξιολογήσετε τις παραμέτρους υλοποίησης όλου του Προγράμματος**. Αφού το συμπληρώσετε, παρακαλούμε να το επιστρέψετε μέσω του παιδιού σας στο/η δάσκαλο/δασκάλα του, **εντός χρονικού διαστήματος πέντε (5) ημερών από την ημερομηνία παραλαβής του**.

Με αυτό τον τρόπο μπορείτε να συμβάλετε και εσείς ουσιαστικά στην προσπάθεια που καταβάλλεται για την καλύτερη υγεία και ποιότητα ζωής των παιδιών σας.

Σας ευχαριστούμε πολύ εκ των προτέρων για τη συνεργασία σας.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης
και Τροφίμων

Εκδ. 2.2 /Μάιος 2022



ADVANCED SERVICES GROUP LTD

Σελίδα 88





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

Ως μία **μερίδα φρούτων και λαχανικών** ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερικοκκα, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι χυμός λαχανικών ή φρούτων

Σημειώνεται ότι στα λαχανικά δεν περιλαμβάνονται οι πατάτες.

Μια **μερίδα γαλακτοκομικών** ισοδυναμεί με ένα ποτήρι γάλα, ένα γιαούρτι 200 γρ. ή 30-40 γρ. τυρί.

1. ΟΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΑΣ

1.1. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνετε ΕΞΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | <u>φρούτα</u> | <u>λαχανικά</u> | <u>γάλα</u> |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.2. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνετε ΕΞΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | <u>φρούτα</u> | <u>λαχανικά</u> | <u>γάλα το πρωί</u> |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |

1.3. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | <u>φρούτα</u> | <u>λαχανικά</u> | <u>γάλα</u> |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.4. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | <u>φρούτα</u> | <u>λαχανικά</u> | <u>γάλα το πρωί</u> |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

1.5. Πόσο συχνά τρώτε ΞΥΞΙΣ προσωπικά γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

1.6. Πόσο συχνά τρώει το ΠΑΙΔΙ σας γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

2. Η ΣΤΑΣΗ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΦΡΟΥΤΩΝ, ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

2.1. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.2. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.3. Παρακαλούμε αναφέρατε πόσο συχνά αγοράζετε:

- | | |
|---|---|
| <u>φρούτα και λαχανικά</u> | <u>γάλα</u> |
| <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα | <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

2.4. Παρακαλούμε αναφέρατε τι ετοιμάζετε για κολατσιό του παιδιού σας στο σχολείο:

- Φρούτα
- Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά
- Γάλα λευκό
- Άλλο, τι ακριβώς:.....
- Τίποτε



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

4 3. ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ

Ως μία μερίδα φρούτων και λαχανικών ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο, μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερίκοκα, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι χυμός λαχανικών ή φρούτων

3.1. Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ σας ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα:

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Αβokάντο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγγούρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγκινάρα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ακτινίδιο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αμύγδαλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανανάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αρακάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγλάδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βερίκοκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βλίτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Γκρέιπ-φρουτ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρότο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρπούζι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρύδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κάστανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κεράσι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κολοκυθάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

3.1 Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ σας ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα (συνέχεια):

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Κουλουπίδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κρεμμύδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λάχανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λεμόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μανταρίνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μαρούλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μελιτζάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπανάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μήλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπρόκολο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ντομάτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παντζάρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πεπόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πιπεριά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πορτοκάλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ροδάκινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφύλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σέλινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σπανάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σύκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φασολάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φράουλα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

4. Η ΑΠΟΨΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ, ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

4.1. Αρέσει στο παιδί σας να καταναλώνει;

- φρούτα και λαχανικά γάλα
- Ναι Ναι
 Όχι Όχι

4.2. Θεωρείτε ότι θα ήθελε το παιδί σας να καταναλώνει περισσότερο;

- φρούτα και λαχανικά γάλα
- Ναι Ναι
 Όχι Όχι

4.3. Κατά την άποψή σας, γιατί τρώει το παιδί σας;
(παρακαλούμε επιλέξτε ΜΕΧΡΙ ΔΥΟ κυριότερους λόγους ανά κατηγορία)

	<u>Κατ Α: φρούτα και λαχανικά</u>	<u>Κατ Β: γάλα</u>
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για άλλους λόγους:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.4. Ποια είναι τα φρούτα και τα λαχανικά που προτιμά το παιδί σας;

.....

.....

.....

4.5. Πώς προτιμά το παιδί σας να καταναλώνει τα φρούτα και τα λαχανικά;

- Καθαρισμένα και τεμαχισμένα
 Σε γυμό
 Ολόκληρα και πλυμένα
 Αποξηραμένα

4.6. Πόσα φρούτα και λαχανικά μπορεί να αναγνωρίσει το παιδί σας;

	<u>Κατ Α: φρούτα</u>	<u>Κατ Β: λαχανικά</u>
Λιγότερα από 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 6 έως 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 11 έως 15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 16 έως 20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Περισσότερα από 20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.7. Το παιδί σας γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί;

- Ναι
 Όχι



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

4.8. Το παιδί σας γνωρίζει την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων;

- Ναι
 Όχι

4.9. Το παιδί σας γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία;

- Ναι
 Όχι

4.10. Ποια θεωρεί το ΠΑΙΔΙ σας ότι είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνει;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 Δεν γνωρίζει

4.11. Το παιδί σας γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής*;

- Ναι
 Όχι

*Η πυραμίδα μεσογειακής διατροφής είναι ένας απλός, παραστατικός τρόπος για να κατανοήσει κανείς πώς να τρέφεται σωστά σε καθημερινή βάση που περιλαμβάνει:

- άφθονες φυτικές ίνες (φρούτα, λαχανικά, ψωμί/δημητριακά, πατάτες, όσπρια, καρποί)
- ελάχιστα επεξεργασμένα προϊόντα
- γαλακτοκομικά προϊόντα καθημερινά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- ψάρια και πουλερικά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- κόκκινο κρέας 2 φορές το μήνα
- ελαιόλαδο ως κύρια πηγή λιπαρών που περιέχουν μονοακόρεστα λιπαρά οξέα





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ
ΜΕΡΟΣ Β': ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

1. Η ΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΑΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

1.1. Πώς αντιμετώπισε το ΠΑΙΔΙ σας το πρόγραμμα προώθησης της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών και διανομής γάλακτος στα σχολεία;

- Με θετική διάθεση
 Με αδιαφορία / δεν τους προσέλκυσε την προσοχή
 Με αρνητική διάθεση

Παρακαλούμε σχολιάστε σε κάθε περίπτωση την απάντησή σας (αναφερθείτε κυρίως στη στάση του παιδιού απέναντι στα διανεμόμενα τρόφιμα και τις δραστηριότητες του προγράμματος, για παράδειγμα τι νομίζετε ότι τους άρεσε και τι δεν τους άρεσε):

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Η ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ ΑΠΟΨΗ ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

2.1. Ποια είναι η ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ εκτίμηση σχετικά με την ποικιλία και το πλήθος των δραστηριοτήτων που πραγματοποιήθηκαν στα πλαίσια του προγράμματος (διανομή εκπαιδευτικής πυραμίδας, επίδειξη μαγειρικής, διαλέξεις «μαθαίνω για τα φρούτα, τα λαχανικά και το γάλα»);

- Καλή
 Μάλλον καλή
 Ουδέτερη / αδιάφορη
 Μάλλον κακή
 Κακή
 Δεν γνωρίζω
 Δεν πραγματοποιήθηκε

2.2. Εσείς προσωπικά είχατε κάποια ανάμειξη στην υλοποίηση των σχολικών αυτών δραστηριοτήτων;

- Ναι
 Όχι

Αν ναι, ποια:

2.3. Ως αποτέλεσμα του προγράμματος, εσείς ως ΓΟΝΕΑΣ / ΚΗΛΕΜΟΝΑΣ ευαισθητοποιήκατε περισσότερο ως προς τη σημασία κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος;

- Ναι
 Όχι





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ
ΜΕΡΟΣ Β': ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

2.4. Ποια είναι η εκτίμησή σας σχετικά με τη δημοσιότητα του προγράμματος (αφίσα, εκδηλώσεις-ημερίδες για γονείς και κηδεμόνες ανοικτές στο κοινό, τηλεοπτικό και ραδιοφωνικό μήνυμα);

- Καλή
- Μάλλον καλή
- Ουδέτερη /αδιάφορη
- Μάλλον κακή
- Κακή
- Δεν γνωρίζω

2.5. Ποια είναι η εκτίμησή σας σχετικά με τα τρόφιμα που διανεμήθηκαν (παραδόσεις, τύποι προϊόντων, συνθήκες / χρόνος παράδοσης, επάρκεια, συσκευασία κ.λπ.);

- Καλή
- Μάλλον καλή
- Ουδέτερη /αδιάφορη
- Μάλλον κακή
- Κακή
- Δεν γνωρίζω

Σχόλια – παρατηρήσεις:

.....

.....

.....

.....

.....

Σχολική μονάδα / τμήμα:.....

Περιοχή:.....

Ημερομηνία:.....

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ!

Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΠΟΛΥΤΙΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΑΣ



Ερωτηματολόγιο γονέων Έκδοση 2.2 (μη συμμετεχόντων μαθητών)



«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με την χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ξτην παρούσα φάση πραγματοποιείται **ΔΕΥΤΕΡΗ, ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ (ΜΑΙΟΣ 2022) ΣΕ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΗΣ (ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2022)** για επικύρωση των αποτελεσμάτων και είναι απαραίτητη για την ολοκλήρωση της αξιολόγησης και για το λόγο αυτό παρακαλούμε για την υποστήριξη της διαδικασίας από μέρους σας

Αγαπητέ γονέα / κηδεμόνα,

Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων υλοποιούν το «Ευρωπαϊκό Σχολικό Πρόγραμμα Διανομής Φρούτων Λαχανικών και Γάλακτος» με τη χρηματοδοτική στήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει την προώθηση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών και τη διανομή γάλακτος στα σχολεία με στόχο την επίτευξη βιώσιμων αλλαγών στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών και την υιοθέτηση ενός υγιεινότερου τρόπου ζωής, σύμφωνα με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζει η κοινωνία μας. Επίσης, το Πρόγραμμα αυτό αποτελεί σημαντική ευκαιρία για την ενίσχυση των δεσμών ανάμεσα στην αγροτική/κτηνοτροφική κοινότητα και τα παιδιά, τους γονείς τους/τις εκπαιδευτικούς.

Για την επιτυχή υλοποίηση και αξιολόγηση του προγράμματος, είναι κρίσιμης σημασίας να καταγραφούν οι παράμετροι επιτυχίας του προγράμματος.

Σε συνέχεια της προηγούμενης έρευνας στην οποία συμμετείχατε, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το συνημμένο ερωτηματολόγιο, απαντώντας στις ίδιες ερωτήσεις αυθόρμητα, λαμβάνοντας υπ' όψη σας τις σημερινές συνθήκες, **χωρίς κατ' ανάγκη οι απαντήσεις σας να επηρεαστούν από τις προηγούμενες της έρευνας του Απριλίου 2022**, ώστε να μπορέσουμε να επικυρώσουμε τα δεδομένα της έρευνας. Αφού το συμπληρώσετε, παρακαλούμε να το επιστρέψετε μέσω του παιδιού σας στο/η δάσκαλο/δασκάλα του, **εντός χρονικού διαστήματος πέντε (5) ημερών από την ημερομηνία παραλαβής του.**

Με αυτό τον τρόπο μπορείτε να συμβάλετε και εσείς ουσιαστικά στην προσπάθεια που καταβάλλεται για την καλύτερη υγεία και ποιότητα ζωής των παιδιών σας.

Σας ευχαριστούμε πολύ εκ των προτέρων για τη συνεργασία σας.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης
και Τροφίμων

Εκδ. 2.2 /Μάιος 2022



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

Ως μία **μερίδα φρούτων και λαχανικών** ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερίκοκα, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι χυμός λαχανικών ή φρούτων

Σημειώνεται ότι στα λαχανικά δεν περιλαμβάνονται οι πατάτες.

Μια **μερίδα γαλακτοκομικών** ισοδυναμεί με ένα ποτήρι γάλα, ένα γιαούρτι 200 γρ. ή 30-40 γρ. τυρί.

1. ΟΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΑΣ

1.1. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνετε ΕΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.2. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνετε ΕΣΕΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα το πρωί |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |

1.3. Παρακαλούμε αναφέρατε ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ | <input type="checkbox"/> Ποτέ |
| <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> 5-6 φορές την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

1.4. Παρακαλούμε αναφέρατε την ΠΟΣΟΤΗΤΑ που καταναλώνει ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ:

- | φρούτα | λαχανικά | γάλα το πρωί |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Καθόλου |
| <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα | <input type="checkbox"/> 1 μερίδα / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 2 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 3-4 μερίδες / ημέρα |
| <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα | <input type="checkbox"/> 5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα |



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α΄:
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

1.5. Πόσο συχνά τρώτε ΕΞΕΙΣ προσωπικά γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

1.6. Πόσο συχνά τρώει το ΠΑΙΔΙ σας γρήγορο / πρόχειρο φαγητό (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.);

- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- 5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

2. Η ΣΤΑΣΗ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΦΡΟΥΤΩΝ, ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

2.1. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.2. Αν γνωρίζετε, ποια είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
- 1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- 5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως
- Δεν γνωρίζω

2.3. Παρακαλούμε αναφέρατε πόσο συχνά αγοράζετε:

- | <u>φρούτα και λαχανικά</u> | <u>γάλα</u> |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα | <input type="checkbox"/> Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 1-2 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα | <input type="checkbox"/> 3-4 φορές το μήνα |
| <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα |
| <input type="checkbox"/> Καθημερινά | <input type="checkbox"/> Καθημερινά |

2.4. Παρακαλούμε αναφέρατε τι ετοιμάζετε για κολατσιό του παιδιού σας στο σχολείο:

- Φρούτα
- Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά
- Γάλα λευκό
- Άλλο, τι ακριβώς;.....
- Τίποτε



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

3. ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ

Ως μία μερίδα φρούτων και λαχανικών ορίζεται η ποσότητα των 80 γραμμαρίων. Ενδεικτικά, ως μία μερίδα φρούτων ή λαχανικών ορίζεται:

- 1 φρούτο, μέτριου μεγέθους (μήλο, μπανάνα, ροδάκινο, πορτοκάλι κ.λπ.)
- 2 φρούτα μικρά (βερίκοκο, μανταρίνια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι φρούτα (μούρα, σταφύλια, φράουλες, κεράσια κ.λπ.)
- 1 φλιτζάνι κομμένα φρούτα (μήλο, καρπούζι, ροδάκινο, μπανάνα, κ.λπ.)
- ½ φλιτζάνι αποξηραμένα φρούτα
- 2 φλιτζάνια φρέσκα πράσινα φυλλώδη λαχανικά
- 1 φλιτζάνι μαγειρεμένα ή ωμά λαχανικά
- 1 φλιτζάνι χυμός λαχανικών ή φρούτων

3.1. Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα:

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Αβokάντο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγγούρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγκινάρα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ακτινίδιο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αμύγδαλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανανάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αρακάς	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αγγούδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βερίκοκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βλίτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Γκρέιπ-φρουτ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρότο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρπούζι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Καρότι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κάστανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κεράσι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κολοκυθάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

3.1 Πόσο συχνά καταναλώνει το ΠΑΙΔΙ σας ΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ από τα ακόλουθα τρόφιμα (συνέχεια):

	Ποτέ ή σπανιότερα από μια φορά το μήνα	1-3 φορές το μήνα	1 φορά την εβδομάδα (4 φορές το μήνα)	2-4 φορές την εβδομάδα	5-6 φορές την εβδομάδα	1 φορά την ημέρα (7 φορές την εβδομάδα)	2-3 φορές την ημέρα	4-5 φορές την ημέρα	6 και πλέον φορές την ημέρα
Κουλουράκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κρεμμύδι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λάχανο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Λεμόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μανταρίνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μαρούλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μελιτζάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπανάνα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μήλο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μπρόκολο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ντομάτα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παντζάρι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πεπόνι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πιπεριά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πορτοκάλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ροδάκινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σταφύλι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σέλινο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σπανάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σύκο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φασολάκι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φράουλα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':

ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

**4. Η ΑΠΟΨΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΩΝ,
ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ**

4.1. Αρέσει στο παιδί σας να καταναλώνει;

φρούτα και λαχανικά

γάλα

- Ναι Ναι
 Όχι Όχι

4.2. Θεωρείτε ότι θα ήθελε το παιδί σας να καταναλώνει περισσότερο;

φρούτα και λαχανικά

γάλα

- Ναι Ναι
 Όχι Όχι

4.3. Κατά την άποψή σας, γιατί τρώει το παιδί σας;

(παρακαλούμε επιλέξτε ΜΕΧΡΙ ΔΥΟ κυριότερους λόγους ανά κατηγορία)

	<u>Κατ Α: φρούτα και λαχανικά</u>	<u>Κατ Β: γάλα</u>
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Για άλλους λόγους:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.4. Ποια είναι τα φρούτα και τα λαχανικά που προτιμά το παιδί σας;

.....
.....
.....

4.5. Πώς προτιμά το παιδί σας να καταναλώνει τα φρούτα και τα λαχανικά;

- Καθαρισμένα και τεμαχισμένα
 Σε γυμό
 Ολόκληρα και πλυμένα
 Αποξηραμένα

4.6. Πόσα φρούτα και λαχανικά μπορεί να αναγνωρίσει το παιδί σας;

	<u>Κατ Α: φρούτα</u>	<u>Κατ Β: λαχανικά</u>
Λιγότερα από 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 6 έως 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 11 έως 15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Από 16 έως 20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Περισσότερα από 20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.7. Το παιδί σας γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί;

- Ναι
 Όχι



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕΡΟΣ Α':
ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

4.8. Το παιδί σας γνωρίζει την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων;

- Ναι
 Όχι

4.9. Το παιδί σας γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία;

- Ναι
 Όχι

4.10. Ποια θεωρεί το ΠΑΙΔΙ σας ότι είναι η ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνει;

- Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως
 1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως
 Δεν γνωρίζει

4.11. Το παιδί σας γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής*;

- Ναι
 Όχι

*Η πυραμίδα μεσογειακής διατροφής είναι ένας απλός, παραστατικός τρόπος για να κατανοήσει κανείς πώς να τρέφεται σωστά σε καθημερινή βάση που περιλαμβάνει:

- άφθονες φυτικές ίνες (φρούτα, λαχανικά, ψωμί/δημητριακά, πατάτες, όσπρια, καρποί)
- ελάχιστα επεξεργασμένα προϊόντα
- γαλακτοκομικά προϊόντα καθημερινά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- ψάρια και πουλερικά σε μικρές έως μέτριες ποσότητες
- κόκκινο κρέας 2 φορές το μήνα
- ελαιόλαδο ως κύρια πηγή λιπαρών που περιέχουν μονοακόρεστα λιπαρά οξέα

Σχολική μονάδα / τμήμα:.....

Περιοχή:.....

Ημερομηνία:.....

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ!

**Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΠΟΛΥΤΙΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΩΝ
ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΑΣ**



Ερωτηματολόγιο διευθυντών σχολικών μονάδων Έκδοση 2.1



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΔΙΕΥΘΥΝΤΩΝ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ

1. Η ΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

1.1. Πώς αντιμετώπισαν οι **ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ** το πρόγραμμα προώθησης της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών και διανομής γάλακτος στα σχολεία;

- Με θετική διάθεση
 Με αδιαφορία / δεν τους προσέλκυσε την προσοχή
 Με αρνητική διάθεση

Παρακαλούμε σχολιάστε σε κάθε περίπτωση την απάντησή σας (αναφερθείτε κυρίως στη στάση του παιδιού απέναντι στα διανεμόμενα τρόφιμα και τις δραστηριότητες του προγράμματος, για παράδειγμα τι νομίζετε ότι τους άρεσε και τι δεν τους άρεσε):

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

1.2 Τα τρόφιμα που τους διανεμήθηκαν, οι μαθητές **κατά κύριο λόγο:**
(παρακαλούμε επιλέξτε **ΜΙΑ ΑΠΑΝΤΗΣΗ ανά κατηγορία**)

Κατ. Α φρούτα Κατ. Β λαχανικά Κατ. Γ γάλα

- | | | | |
|-------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Τα έφαγαν | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Τα πέταξαν | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Τα πήραν στο σπίτι τους | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

2. Η ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ ΑΠΟΨΗ ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

2.1. Ποια είναι η **ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ** εκτίμηση σχετικά με την ποιότητα και το πλήθος των δραστηριοτήτων που πραγματοποιήθηκαν στα πλαίσια του προγράμματος (διανομή εκπαιδευτικής πυραμίδας, επίδειξη μαγειρικής, διαλέξεις «μαθαίνω για τα φρούτα, τα λαχανικά και το γάλα»);

- Καλή
 Μάλλον καλή
 Ουδέτερη /αδιάφορη
 Μάλλον κακή
 Κακή
 Δεν γνωρίζω / δεν πραγματοποιήθηκε

2.2. Εσείς προσωπικά είχατε κάποια ανάμειξη στην υλοποίηση των σχολικών αυτών δραστηριοτήτων;

- Ναι Όχι

Αν ναι, ποια;

.....
.....

2.3. Ως αποτέλεσμα του προγράμματος, εσείς ως **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ** ευαισθητοποιηθήκατε περισσότερο ως προς τη σημασία κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και γάλακτος;

- Ναι Όχι





ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΔΙΕΥΘΥΝΤΩΝ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ

2.4. Ποια είναι η εκτίμησή σας σχετικά με τη δημοσιότητα του προγράμματος (αφίσα, εκδηλώσεις-ημερίδες για γονείς και κηδεμόνες ανοικτές στο κοινό, τηλεοπτικό και ραδιοφωνικό μήνυμα);

- Καλή
 Μάλλον καλή
 Ουδέτερη /αδιάφορη
 Μάλλον κακή
 Κακή
 Δεν γνωρίζω

Σχολιάστε:.....

2.5. Ποια είναι η εκτίμησή σας σχετικά με τα τρόφιμα που διανεμήθηκαν (παραδόσεις, τύποι προϊόντων, συνθήκες / χρόνος παράδοσης, επάρκεια, συσκευασία κ.λπ.);

- Καλή
 Μάλλον καλή
 Ουδέτερη /αδιάφορη
 Μάλλον κακή
 Κακή
 Δεν γνωρίζω

Σχολιάστε:.....

2.6. Διατίθενται τρόφιμα προς κατανάλωση στο σχολείο σας πέραν αυτών που διανέμονται στο πλαίσιο του προγράμματος (π.χ. κυλικεία, αυτόματοι πωλητές κ.α.);

- Ναι Όχι

2.7. Παρακαλούμε, όπου κρίνεται σκόπιμο, να μας παραθέσετε συνοπτικά παρακάτω τυχόν παρατηρήσεις, υποδείξεις ή προτάσεις βελτίωσης για την αντιμετώπιση προβλημάτων που διαπιστώσατε.

.....
.....
.....
.....

Σχολική μονάδα:.....

Περιοχή:.....

Όνοματεπώνυμο εκπαιδευτικού:.....

Ημερομηνία:.....

**ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ!
Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΠΟΛΥΤΙΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΩΝ
ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΑΣ**





Παράρτημα Β' Επιλογή του δείγματος

Επιλογή του δείγματος της ομάδας παρέμβασης (μαθητές από σχολεία που συμμετέχουν στο πρόγραμμα)

Για την εξαγωγή του δείγματος της ομάδας παρέμβασης επιλέχθηκε η μέθοδος της στρωματοποιημένης τυχαίας δειγματοληψίας (stratified random sampling). Η μέθοδος αυτή προσφέρει τη δυνατότητα να αυξηθεί η ακρίβεια των εκτιμήσεων με την γνώση επιπρόσθετων πληροφοριών για την δομή του πληθυσμού.

Σύμφωνα με τη μέθοδο αυτή, ο πληθυσμός θεωρείται ως αποτελούμενος από υποπληθυσμούς μέσα στους οποίους υπάρχει μεγαλύτερη ομοιογένεια ως προς κάποιο χαρακτηριστικό από ό,τι σε ολόκληρο τον πληθυσμό. Εν συνεχεία, με κάποιο δειγματοληπτικό σχήμα, αντιπροσωπεύονται κατάλληλα όλοι οι υποπληθυσμοί στο δείγμα, ώστε να είναι δυνατόν να επιτευχθεί μικρότερη διασπορά για τις εκτιμήσεις των παραμέτρων του πληθυσμού από αυτή που εξάγεται από ένα απλό τυχαίο δείγμα του ίδιου μεγέθους που δεν λαβαίνει υπ' όψη την δυνατότητα διάκρισης του πληθυσμού σε υποπληθυσμούς.

Ο πληθυσμός των μαθητών του Δημοτικού που μετέχουν στο πρόγραμμα μεγέθους 71.489 μπορεί να διαιρεθεί σε 11 εσωτερικά ομοιογενείς υποπληθυσμούς ως ακολούθως:

- Π.Ε. Α' Αθήνας μεγέθους 13.276
- Π.Ε. Αν. Θεσσαλονίκης μεγέθους 10.231
- Π.Ε. Αχαΐας μεγέθους 6.735
- Π.Ε. Β' Αθήνας μεγέθους 1.617
- Π.Ε. Γ' Αθήνας μεγέθους 3.344
- Π.Ε. Δ' Αθήνας μεγέθους 2.144
- Π.Ε. Δυτ. Θεσσαλονίκης μεγέθους 10.902
- Π.Ε. Δυτ. Αττικής μεγέθους 5.664
- Π.Ε. Ηρακλείου μεγέθους 6.126
- Π.Ε. Πειραιώς μεγέθους 9.238
- Π.Ε. Ρεθύμνου μεγέθους 2.212

Οι υποπληθυσμοί αυτοί, τα στρώματα (strata) δηλαδή, είναι ξένοι μεταξύ τους ώστε να ισχύει: $13.276 + 10.231 + 6.735 + 1.617 + 3.344 + 2.144 + 10.902 + 5.664 + 6.126 + 9.238 + 2.212 = 71.489$

Από κάθε ένα από τα στρώματα του πληθυσμού επιλέγεται ένα απλό τυχαίο δείγμα μεγέθους n_i , $i=1, 2, \dots, 11$ ανεξάρτητα από τα άλλα. Το δείγμα μεγέθους $1.500 = n_1 + n_2 + \dots + n_{11}$ που προκύπτει από την ένωση των 11 ανεξαρτήτων απλών



τυχαίων δειγμάτων αποτελεί το στρωματοποιημένο τυχαίο δείγμα (stratified random sample).

Ο καταμερισμός του συνολικού δειγματικού μεγέθους 1.500 στα 11 διαθέσιμα στρώματα, δηλαδή ο καθορισμός των τιμών των μεγεθών n_1, n_2, \dots, n_{11} των 11 απλών τυχαίων δειγμάτων θα γίνει σύμφωνα με την αναλογική στρωματοποιημένη τυχαία δειγματοληψία (proportional stratified random sampling), δεδομένου ότι το δειγματοληπτικό κόστος ανά μονάδα είναι μάλλον παρόμοιο σε όλα τα στρώματα και οι διασπορές των στρωμάτων εκτιμάται ότι δεν διαφέρουν σημαντικά.

Στην περίπτωση αυτή:

$$n_i = 1.500 \frac{N_i}{71.489}, \quad i = 1, 2, \dots, 11$$

όπου n_i το μέγεθος του δείγματος i και N_i το μέγεθος του υποπληθυσμού i .

Οπότε έχουμε τα ακόλουθα **απλά τυχαία δείγματα** (σύνολο 1.501 μαθητές):

- Π.Ε. Α' Αθήνας μεγέθους 1500 (13.276/71.489)=279
- Π.Ε. Αν. Θεσσαλονίκης μεγέθους 1500 (10.231/71.489)=215
- Π.Ε. Αχαΐας μεγέθους 1500 (6.735/71.489)=141
- Π.Ε. Β' Αθήνας μεγέθους 1500 (1.617/71.489)=34
- Π.Ε. Γ' Αθήνας μεγέθους 1500 (3.344/71.489)=70
- Π.Ε. Δ' Αθήνας μεγέθους 1500 (2.144/71.489)=45
- Π.Ε. Δυτ. Θεσσαλονίκης μεγέθους 1500 (10.902/71.489)=229
- Π.Ε. Δυτ. Αττικής μεγέθους 1500 (5.664/71.489)=119
- Π.Ε. Ηρακλείου μεγέθους 1500 (6.126/71.489)=129
- Π.Ε. Πειραιώς μεγέθους 1500 (9.238/71.489)=194
- Π.Ε. Ρεθύμνου μεγέθους 1500 (2.212/71.489)=46

Εν συνεχεία, επιλέγονται με τη μέθοδο της απλής τυχαίας δειγματοληψίας σχολικές μονάδες ανά στρώμα, μέχρις ότου συμπληρωθεί το απαιτούμενο πλήθος των μαθητών του δείγματος του στρώματος.

Η επιλογή του απλού τυχαίου δείγματος πραγματοποιείται με την βοήθεια πινάκων τυχαίων αριθμών και συγκεκριμένα από απόσπασμα 1000 ψηφίων του πίνακα τυχαίων αριθμών των Snedecor και Cochran (1967).



	00-04	05-09	10-14	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49
00	54463	22662	65905	70639	79365	67382	29085	69831	47058	08186
01	15389	85205	18850	39226	42249	90669	96325	23248	60933	26927
02	85941	40756	82414	02015	13858	78030	16269	65978	01385	15345
03	61149	69440	11286	88218	58925	03638	52862	62733	33451	77455
04	05219	81619	10651	67079	92511	59888	84502	72095	83463	75577
05	41417	98326	87719	92294	46614	50948	64886	20002	97365	30976
06	28357	94070	20652	35774	16249	75019	21145	05217	47286	76305
07	17783	00015	10806	83091	91530	36466	39981	62481	49177	75779
08	40950	84820	29881	85966	62800	70326	84740	62660	77379	90279
09	82995	64157	66164	41180	10089	41757	78258	96488	88629	37231
10	96754	17676	55659	44105	47361	34833	86679	23930	53249	27083
11	34357	88040	53364	71726	45690	66334	60332	22554	90600	71113
12	06318	37403	49927	57715	50423	67372	63116	48888	21505	80182
13	62111	52820	07243	79931	89292	84767	85693	73947	22278	11551
14	47534	09243	67879	00544	23410	12740	02540	54440	32949	13491
15	98614	75993	84460	62846	59844	14922	48730	73443	48167	34770
16	24856	03648	44898	09351	98795	18644	39765	71058	90368	44104
17	96887	12479	80621	66223	86085	78285	02432	53342	42846	94771
18	90801	21472	42815	77408	37390	76766	52615	32141	30268	18106
19	55165	77312	83666	36028	28420	70219	81369	41943	47366	41067

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Α' Αθήνας, αντιστοιχίζουμε κάθε σχολική μονάδα με τον αριθμό της στήλης του φύλλου εργασίας, όπως ακριβώς δόθηκε στην κατάσταση από το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων. Έτσι έχουμε σχολικές μονάδες αριθμημένες από το 2 έως το 142. Από τον πίνακα τυχαίων αριθμών επιλέγουμε τρεις στήλες (όσα δηλαδή και τα ψηφία του πλήθους των σχολικών μονάδων και διαβάζουμε προς μια κατεύθυνση π.χ. προς τα κάτω, τη συγκεκριμένη ομάδα στηλών επιλέγοντας τους αριθμούς που είναι ≤ 142 .

Έτσι έχουμε (από την αρχή του πίνακα): 544, 153, 859, 611 (όλοι απορρίπτονται), το πρώτο σχολείο που επιλέγεται έχει αριθμό 052 (6/Θ ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ - Π.Σ.Π.Α. 66 μαθητές), ακολούθως 414, 283, 177, 409, 829, 967, 343 (όλοι απορρίπτονται), το επόμενο σχολείο που επιλέγεται



έχει αύξοντα αριθμό σύμφωνα με την κατάσταση του Υπουργείου 063 (20ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ 148 μαθητές), 621, 475, 986, 248, 968, 908, 551, 226, 852, 407, 694, 816, 983, 940, 000, 848, 641, 176, 880, 374, 528 (όλοι απορρίπτονται), 092 (65ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ - ΑΝΤΩΝΗΣ ΣΑΜΑΡΑΚΗΣ 85 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Α' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 6/Θ ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ - Π.Σ.Π.Α. 66 μαθητές
- 20ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ 148 μαθητές
- 65ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ - ΑΝΤΩΝΗΣ ΣΑΜΑΡΑΚΗΣ 85 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Αν. Θεσσαλονίκης έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την αρχή του πίνακα, δεύτερο ψηφίο): 446, 538, 594, 114, 521, 141, 835, 778 (όλοι απορρίπτονται), 095 (2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΑΙΑΣ 97 μαθητές), 299, 675, 435, 631, 211, 753, 861, 485, 688 (όλοι απορρίπτονται), 080 (26ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ 79 μαθητές), 516, 266, 520 (απορρίπτονται), 075 (2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΜΗΧΑΝΙΩΝΑΣ 126 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Αν. Θεσσαλονίκης έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΑΙΑΣ 97 μαθητές
- 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΜΗΧΑΝΙΩΝΑΣ 126 μαθητές

(Οι δύο σχολικές μονάδες από μόνες τους καλύπτουν τον απαιτούμενο αριθμό μαθητών).

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Αχαΐας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την αρχή του πίνακα, τρίτο ψηφίο): 463, 389, 941, 149, 219, 417, 357, 783, 950, 995, 754, 357, 318, 111, 534, 662, 205, 756, 440, 619, 326 (όλοι απορρίπτονται), 070 (40ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ 58 μαθητές), 015 (18ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ 85 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Αχαΐας έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 40ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ 58 μαθητές
- 18ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ 85 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Β' Αθήνας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την αρχή του πίνακα, τέταρτο ψηφίο): 63, 89, 41, 49, 19 (όλοι απορρίπτονται), 17 (11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ 113 μαθητές).



Άρα, για την Π.Ε. Β' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ 113 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Γ' Αθήνας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από τη δεύτερη στήλη του πίνακα, πρώτο ψηφίο): 22 (5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ 110 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Γ' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ 110 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Δ' Αθήνας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από τη δεύτερη στήλη του πίνακα, δεύτερο ψηφίο): 26, 52 (όλοι απορρίπτονται), 07 (26ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ 96 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Δ' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 26ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ 96 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Δυτ. Θεσσαλονίκης έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από τη δεύτερη στήλη του πίνακα, τρίτο ψηφίο): 662, 205, 756, 440, 619, 326 (όλοι απορρίπτονται), 070 (2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΑΓΚΑΔΑ 125 μαθητές), 015 (2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΝΗΣ 138 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Δυτ. Θεσσαλονίκης έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΑΓΚΑΔΑ 125 μαθητές
- 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΝΗΣ 138 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος μεγέθους από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Δυτ. Αττικής έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από τη δεύτερη στήλη του πίνακα, τέταρτο ψηφίο): 62 (όλοι απορρίπτονται), 05 (9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ 136 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Δυτ. Αττικής έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ 136 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος μεγέθους από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Ηρακλείου έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την τρίτη στήλη του πίνακα, πρώτο ψηφίο): 65 (2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΟΥΤΩΝ 182 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Ηρακλείου έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΟΥΤΩΝ 182 μαθητές



Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Πειραιώς έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την τρίτη στήλη του πίνακα, δεύτερο ψηφίο): 590, 885, 241, 128 (όλοι απορρίπτονται), 065 (11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ 104 μαθητές), 771, 065 (όλοι απορρίπτονται), 080 (53ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΙΡΑΙΑ 66 μαθητές), 988, 616, 565, 336, 992, 724, 787, 446, 489, 062 (6ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ 61 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Πειραιώς έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ 104 μαθητές
- 53ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΙΡΑΙΑ 66 μαθητές
- 6ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ 61 μαθητές

Για την επιλογή απλού τυχαίου δείγματος από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Ρεθύμνου έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την τρίτη στήλη του πίνακα, τρίτο ψηφίο): 90, 85, 41, 28, 65, 71, 65, 80, 88 (όλοι απορρίπτονται), 16 (1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟΥ 40 μαθητές), 65, 36, 92 (όλοι απορρίπτονται), 24 (16ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟ - ΕΞΑΘΕΣΙΟ ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟΥ 72 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Ρεθύμνου έχουμε το ακόλουθο δείγμα:

- 16ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟ - ΕΞΑΘΕΣΙΟ ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟΥ 72 μαθητές

(Η σχολική μονάδα από μόνη της καλύπτει τον απαιτούμενο αριθμό μαθητών).

Συνοψίζοντας, συνολικά εξάγεται το ακόλουθο δείγμα της ομάδας παρέμβασης 18 σχολικών μονάδων που αριθμούν 1.868 μαθητές:

1. 6/Θ ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ - Π.Σ.Π.Α. 66 μαθητές
2. 20ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ 148 μαθητές
3. 65ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ - ΑΝΤΩΝΗΣ ΣΑΜΑΡΑΚΗΣ 85 μαθητές
4. 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΑΙΑΣ 97 μαθητές
5. 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΜΗΧΑΝΙΩΝΑΣ 126 μαθητές
6. 40ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ 58 μαθητές
7. 18ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ 85 μαθητές
8. 11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ 113 μαθητές
9. 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ 110 μαθητές
10. 26ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ 96 μαθητές
11. 2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΑΓΚΑΔΑ 125 μαθητές
12. 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΝΗΣ 138 μαθητές



13. 9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ 136 μαθητές
14. 2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΟΥΤΩΝ 182 μαθητές
15. 11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ 104 μαθητές
16. 53ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΙΡΑΙΑ 66 μαθητές
17. 6ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ 61 μαθητές
18. 16ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟ - ΕΞΑΘΕΣΙΟ
ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟΥ 72 μαθητές

Επιλογή του δείγματος της ομάδας ελέγχου (μαθητές από όμορα σχολεία με αυτά της παρέμβασης που δε συμμετέχουν στο πρόγραμμα)

Παράλληλα, επιλέγεται δείγμα της ομάδας ελέγχου των μαθητών από όμορα σχολεία με αυτά της παρέμβασης. Η ομάδα ελέγχου (control group) δε μετέχει στο πρόγραμμα και χρησιμεύει ως βάση σύγκρισης των αποτελεσμάτων της επίδρασης του προγράμματος σε μαθητές που μετείχαν στο πρόγραμμα σε σχέση με αυτούς που δεν μετείχαν στο πρόγραμμα. Ο αριθμός των μαθητών επιλέγεται να είναι τουλάχιστον ίσος με τον αριθμό των μαθητών του προβλεπόμενου από το πρόγραμμα αντιπροσωπευτικού δείγματος (1500 μαθητές).

Η ομάδα παρέμβασης και η ομάδα ελέγχου πρέπει να είναι στην αρχή της έρευνας ισοδύναμες ως προς τα χαρακτηριστικά τους. Για να επιτευχθεί ο στόχος αυτός πραγματοποιήθηκε, από το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων σύμφωνα με τις κατευθυντήριες οδηγίες του αναδόχου, ανάλυση πληθυσμού σχολείων παρέμβασης και ελέγχου στις περιφερειακές ενότητες που μετέχουν στο πρόγραμμα. Στις περιοχές στις οποίες τα σχολεία ελέγχου δεν επαρκούσαν για τη δημιουργία ισόποσου πληθυσμού, έγινε επιλογή σχολείων ίσης δυναμικότητας από όμορες περιφερειακές ενότητες, ή - στην περίπτωση της Κρήτης - και από περιοχές εντός της Περιφερειακής Διεύθυνσης Κρήτης.

Πιο συγκεκριμένα, επειδή τα σχολεία του Ηρακλείου έχουν παρόμοια χαρακτηριστικά με αυτά των Χανίων, και επειδή δεν επαρκούσαν τα σχολεία σε Ηράκλειο και Λασιθί για την δημιουργία ισόποσου πληθυσμού με σχολεία ελέγχου ελήφθησαν σχολεία και από τα Χανιά. Στην περιοχή της Θεσσαλονίκης έγινε προσθήκη σχολείων από όμορους νομούς για την συμπλήρωση του πληθυσμού ελέγχου διότι δεν επαρκούσαν τα εντός περιφερειακών ενοτήτων Ανατολικής και Δυτικής Θεσσαλονίκης. Στην Αχαΐα ο πληθυσμός ελέγχου συμπληρώθηκε με σχολικές μονάδες από Ηλεία, Αιτωλοακαρνανία και Κορινθία.

Ακολουθώντας ακριβώς την ίδια διαδικασία δειγματοληψίας, όπως παρουσιάστηκε προηγουμένως, για το δείγμα της ομάδας παρέμβασης, έχουμε τα ακόλουθα **απλά τυχαία δείγματα** για την ομάδα ελέγχου (σύνολο 1.501 μαθητές):

- Π.Ε. Α' Αθήνας μεγέθους 1500 $(13.276/71.489)=279$



- Π.Ε. Αν. Θεσσαλονίκης μεγέθους 1500 (10.231/71.489)=215
- Π.Ε. Αχαΐας μεγέθους 1500 (6.735/71.489)=141
- Π.Ε. Β' Αθήνας μεγέθους 1500 (1.617/71.489)=34
- Π.Ε. Γ' Αθήνας μεγέθους 1500 (3.344/71.489)=70
- Π.Ε. Δ' Αθήνας μεγέθους 1500 (2.144/71.489)=45
- Π.Ε. Δυτ. Θεσσαλονίκης μεγέθους 1500 (10.902/71.489)=229
- Π.Ε. Δυτ. Αττικής μεγέθους 1500 (5.664/71.489)=119
- Π.Ε. Ηρακλείου μεγέθους 1500 (6.126/71.489)=129
- Π.Ε. Πειραιώς μεγέθους 1500 (9.238/71.489)=194
- Π.Ε. Ρεθύμνου μεγέθους 1500 (2.212/71.489)=46

Εν συνεχεία, επιλέγονται με τη μέθοδο της απλής τυχαίας δειγματοληψίας σχολικές μονάδες ανά στρώμα, μέχρις ότου συμπληρωθεί το απαιτούμενο πλήθος των μαθητών του δείγματος του στρώματος.

Η επιλογή του απλού τυχαίου δείγματος πραγματοποιείται επίσης από το ίδιο απόσπασμα 1000 ψηφίων του πίνακα τυχαίων αριθμών των Snedecor και Cochran (1967).



	00-04	05-09	10-14	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49
00	54463	22662	65905	70639	79365	67382	29085	69831	47058	08186
01	15389	85205	18850	39226	42249	90669	96325	23248	60933	26927
02	85941	40756	82414	02015	13858	78030	16269	65978	01385	15345
03	61149	69440	11286	88218	58925	03638	52862	62733	33451	77455
04	05219	81619	10651	67079	92511	59888	84502	72095	83463	75577
05	41417	98326	87719	92294	46614	50948	64886	20002	97365	30976
06	28357	94070	20652	35774	16249	75019	21145	05217	47286	76305
07	17783	00015	10806	83091	91530	36466	39981	62481	49177	75779
08	40950	84820	29881	85966	62800	70326	84740	62660	77379	90279
09	82995	64157	66164	41180	10089	41757	78258	96488	88629	37231
10	96754	17676	55659	44105	47361	34833	86679	23930	53249	27083
11	34357	88040	53364	71726	45690	66334	60332	22554	90600	71113
12	06318	37403	49927	57715	50423	67372	63116	48888	21505	80182
13	62111	52820	07243	79931	89292	84767	85693	73947	22278	11551
14	47534	09243	67879	00544	23410	12740	02540	54440	32949	13491
15	98614	75993	84460	62846	59844	14922	48730	73443	48167	34770
16	24856	03648	44898	09351	98795	18644	39765	71058	90368	44104
17	96887	12479	80621	66223	86085	78285	02432	53342	42846	94771
18	90801	21472	42815	77408	37390	76766	52615	32141	30268	18106
19	55165	77312	83666	36028	28420	70219	81369	41943	47366	41067

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Α' Αθήνας, αντιστοιχίζουμε κάθε σχολική μονάδα με τον αριθμό της στήλης του φύλλου εργασίας, όπως ακριβώς δόθηκε στην κατάσταση από το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων. Έτσι έχουμε σχολικές μονάδες αριθμημένες από το 2 έως το 119. Από τον πίνακα τυχαίων αριθμών επιλέγουμε τρεις στήλες (όσα δηλαδή και τα ψηφία του πλήθους των σχολικών μονάδων και διαβάζουμε προς μια κατεύθυνση π.χ. προς τα κάτω, τη συγκεκριμένη ομάδα στηλών επιλέγοντας τους αριθμούς που είναι ≤ 119 .

Έτσι έχουμε (από την τέταρτη στήλη 15-19 του πίνακα, πρώτο ψηφίο): 706, 392 (όλοι απορρίπτονται), 020 (4ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΓΡΑΦΟΥ 160 μαθητές), 882, 670, 922, 357, 830, 859, 411, 441, 717, 577, 799 (όλοι απορρίπτονται), 005 (5ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΓΡΑΦΟΥ 127 μαθητές).



Άρα, για την Π.Ε. Α' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 4ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΓΡΑΦΟΥ 160 μαθητές
- 5ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΓΡΑΦΟΥ 127 μαθητές

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Αν. Θεσσαλονίκης έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την τέταρτη στήλη του πίνακα, δεύτερο και τρίτο ψηφίο): 063 (8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΔΕΣΣΑΣ 100 μαθητές), 922, 201, 821, 707, 229, 577, 309, 596, 118, 410, 172, 771, 993 (όλοι απορρίπτονται), 054 (9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΔΕΣΣΑΣ 50 μαθητές), 284, 935, 622, 740, 602, 639, 226 (όλοι απορρίπτονται), 015 (ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ 121 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Αν. Θεσσαλονίκης έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΔΕΣΣΑΣ 100 μαθητές
- ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ 121 μαθητές

(Οι δύο σχολικές μονάδες από μόνες τους καλύπτουν τον απαιτούμενο αριθμό μαθητών).

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Αχαΐας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την τέταρτη στήλη του πίνακα, τέταρτο ψηφίο): 39 (10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΙΓΙΟΥ 63 μαθητές), 26 (ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΑΚΚΟΠΕΤΡΑΣ 73 μαθητές), 15 (8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ 97 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Αχαΐας έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΙΓΙΟΥ 63 μαθητές
- 8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ 97 μαθητές

(Οι δύο σχολικές μονάδες από μόνες τους καλύπτουν τον απαιτούμενο αριθμό μαθητών).

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Β' Αθήνας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την πέμπτη στήλη του πίνακα, πρώτο ψηφίο): 79, 42 (όλοι απορρίπτονται), 13 (3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ 129 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Β' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ 129 μαθητές

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Γ' Αθήνας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την πέμπτη στήλη του πίνακα,



δεύτερο ψηφίο): 93 (απορρίπτεται), 22 (12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ 94 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Γ' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ 94 μαθητές

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Δ' Αθήνας έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την πέμπτη στήλη του πίνακα, τρίτο ψηφίο): 36, 24, 85, 92, 51, 61, 24, 53, 80 (όλοι απορρίπτονται), 08 (10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΛΥΦΑΔΑΣ 143 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Δ' Αθήνας έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΛΥΦΑΔΑΣ 143 μαθητές

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Δυτ. Θεσσαλονίκης έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την έκτη στήλη του πίνακα, πρώτο και δεύτερο ψηφίο): 673, 906, 780 (όλοι απορρίπτονται), 036 (1ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΔΙΑΒΑΤΩΝ 146 μαθητές), 598, 509, 750, 364, 703, 417, 348, 663, 673, 847, 127, 149, 186, 782, 767, 702, 738 (όλοι απορρίπτονται), 066 (ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΟΡΥΦΗΣ ΗΜΑΘΙΑΣ 62 μαθητές), 803, 363, 988 (όλοι απορρίπτονται), 094 (ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ «ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ» 102 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Δυτ. Θεσσαλονίκης έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 1ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΔΙΑΒΑΤΩΝ 146 μαθητές
- ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ «ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ» 102 μαθητές

(Οι δύο σχολικές μονάδες από μόνες τους καλύπτουν τον απαιτούμενο αριθμό μαθητών).

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Δυτ. Αττικής έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την έκτη στήλη του πίνακα, τρίτο ψηφίο): 38 (2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ 114 μαθητές), 66 (απορρίπτεται), 03 (5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ- ΟΔ. ΕΛΥΤΗΣ 94 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Δυτ. Αττικής έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ 114 μαθητές
- 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ- ΟΔ. ΕΛΥΤΗΣ 94 μαθητές

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Ηρακλείου έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την έκτη στήλη του πίνακα, τέταρτο ψηφίο): 82, 69 (όλοι απορρίπτονται), 30 (ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ



ΝΕΡΟΚΟΥΡΟΥ 83 μαθητές), 38 (ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΡΥΣΟΠΗΓΗΣ 156 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Ηρακλείου έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΡΥΣΟΠΗΓΗΣ 156 μαθητές

(Η σχολική μονάδα από μόνη της καλύπτει τον απαιτούμενο αριθμό μαθητών).

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Πειραιώς έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την έβδομη στήλη του πίνακα, πρώτο ψηφίο): 29 (5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΑΥΡΟΥ 65 μαθητές), 96 (απορρίπτεται), 16 (5^ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΟΣΧΑΤΟΥ 68 μαθητές), 52 (13ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Ν. ΣΜΥΡΝΗΣ 90 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Πειραιώς έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΑΥΡΟΥ 65 μαθητές
- 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΟΣΧΑΤΟΥ 68 μαθητές
- 13ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Ν. ΣΜΥΡΝΗΣ 90 μαθητές

Για την επιλογή δείγματος της ομάδας ελέγχου από τον υποπληθυσμό της Π.Ε. Ρεθύμνου έχουμε (συνεχίζοντας στην ίδια λογική, από την έβδομη στήλη του πίνακα, δεύτερο ψηφίο): 90, 63, 62, 28, 45, 48 (όλοι απορρίπτονται), 11 (3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ 127 μαθητές).

Άρα, για την Π.Ε. Ρεθύμνου έχουμε το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου:

- 3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ 127 μαθητές

Συνοψίζοντας, συνολικά εξάγεται το ακόλουθο δείγμα της ομάδας ελέγχου 18 σχολικών μονάδων που αριθμούν 1.996 μαθητές:

1. 4ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΓΡΑΦΟΥ 160 μαθητές
2. 5ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΓΡΑΦΟΥ 127 μαθητές
3. 8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΔΕΣΣΑΣ 100 μαθητές
4. ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ 121 μαθητές
5. 10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΙΓΙΟΥ 63 μαθητές
6. 8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ 97 μαθητές
7. 3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ 129 μαθητές
8. 12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ 94 μαθητές
9. 10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΛΥΦΑΔΑΣ 143 μαθητές
10. 1ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΔΙΑΒΑΤΩΝ 146 μαθητές
11. ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ «ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ» 102 μαθητές
12. 2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ 114 μαθητές



- 13. 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ- ΟΔ. ΕΛΥΤΗΣ 94 μαθητές
- 14. ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΡΥΣΟΠΗΓΗΣ 156 μαθητές
- 15. 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΑΥΡΟΥ 65 μαθητές
- 16. 5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΟΣΧΑΤΟΥ 68 μαθητές
- 17. 13ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Ν. ΣΜΥΡΝΗΣ 90 μαθητές
- 18. 3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ 127 μαθητές

Συλλογή δεδομένων

Στο δεύτερο δεκαήμερο του Οκτωβρίου 2018 και πριν την πραγματοποίηση της πρώτης διανομής, εκτυπώθηκαν, εμφακελώθηκαν και απεστάλησαν συνολικά 3.864 ερωτηματολόγια γονέων (μόνο το α' μέρος που αφορά την καταναλωτική συμπεριφορά των μαθητών), αφού είχε προηγηθεί η αποστολή Επιστολής Οδηγιών προς Σχολικές Μονάδες από το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων, που είχε προετοιμάσει ο σύμβουλος αξιολόγησης.

Σημειώνεται ότι απεστάλησαν 864 περισσότερα ερωτηματολόγια υπερβαίνοντας κατά 28,8% τις απαιτήσεις της διακήρυξης (3.000 ερωτηματολόγια), ενώ ο βαθμός απόκρισης των συμπληρωθέντων ερωτηματολογίων σε σχέση με το συνολικό αριθμό των απεσταλθέντων 68,27% κρίνεται ιδιαίτερα ικανοποιητικός.

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζεται αναλυτικά η κατάσταση παραλαβής και επιστροφής των συμπληρωμένων ερωτηματολογίων.



«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με τη χρηματοδοτική συνεισφορά της Ευρωπαϊκής Ένωσης
Έκθεση Αξιολόγησης για τη σχολική περίοδο 2017-2022



Πίνακας Β.1 Κατάσταση παραλαβής και επιστροφής των συμπληρωμένων ερωτηματολογίων (Οκτώβριος 2018)

	Όνομασία	Τηλέφωνο	Περιοχή	Ταχ. Διεύθυνση	ΤΚ	Όνομο/μ Διευθυντή	ΑΡ. ΜΑΘΗΤΩΝ	Παράδοση στα σχολεία σύμφωνα με το site του ΠΟΡΤΑ ΠΟΡΤΑ	Επιστροφή Πρωτοκόλλου Παράδοσης-Παραλαβής Ερωτηματολογίων	Επιστροφή Ερωτηματολογίων	Συμπληρωμένα Ερωτηματολόγια
1	6/ο ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ - Π.Σ.Π.Α.	2103610527	Αθήνα	Σκουφά 43	10673	ΜΑΡΙΑ ΜΠΙΜΠΟΥΛΗ	66	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 65 ερωτηματολόγια την 9/11/2018	65
2	20ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ	2108216815	ΑΘΗΝΩΝ	ΜΑΥΡΟΓΕΝΟΥΣ 8	11251	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΖΗΜΕΛΣ	148	18/10/2018	-	-	-
3	65ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ - ΑΝΤΩΝΗΣ ΣΑΜΑΡΑΚΗΣ	2102280224	ΑΘΗΝΑ	ΤΑΥΤΕΥΤΟΥ 60	11255	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΚΑΛΥΒΑΣ	85	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 23 ερωτηματολόγια την 23/11/2018	23
4	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΜΗΚΑΝΙΣΙΑΣ	2392031238	Ν. ΜΗΚΑΝΙΣΙΑ	ΑΒΑΝ, ΔΙΑΚΟΥ 4	57004	ΘΕΟΦΑΝΗΣ ΚΑΡΥΔΑΣ	126	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 93 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	93
5	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΑΙΑΣ	2392027870	ΠΕΡΑΙΑ	ΤΕΡΜΑ Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ	57019	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΛΑΣΚΑΡΑΚΗΣ	97	18/10/2018	19/10/2018	Επίστρεψαν 78 ερωτηματολόγια την 30/10/2018	78
6	18ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ	2610337964	ΠΑΤΡΑ	ΘΟΥΚΥΔΙΔΟΥ ΚΑΙ ΠΕΡΕΦΩΝΗΣ	26332	ΑΝΗΣ ΖΟΓΡΟΥΛΟΥΣ	85	17/10/2018	26/10/2018	Επίστρεψαν 64 ερωτηματολόγια την 2/11/2018	64
7	4ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ	2610422800	ΠΑΤΡΑ	ΘΕΟΦΡΑΣΤΟΥ 49	26443	ΜΑΡΙΑ ΚΑΡΑΓΕΩΡΓΟΥ	58	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 55 ερωτηματολόγια την 2/11/2018	55
8	11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ	2102791801	ΝΕΑ ΙΩΝΙΑ	ΦΕΡΤΕΚΙΟΥ 1	14233	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΙΛΙΚΟΥ	113	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 74 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	74
9	5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ	2102387570	Καματερό	Μακεδονίας 32	13451	ΑΧΙΛΛΕΥΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	110	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 89 ερωτηματολόγια την 22/11/2018	89
10	26ο Δημοτικό Σχολείο Καλλιθέας	2109530230	Καλλιθέα	Αγίας Ελεούσας 28	13765	ΒΑΣΙΛΙΑ ΔΗΛΑΒΕΡΗ	96	19/10/2018	22/10/2018	Επίστρεψαν 82 ερωτηματολόγια την 25/10/2018	82
11	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΝΗΣ	2310611258	ΠΟΛΙΧΝΗ	ΚΥΡΙΑΚΟΠΟΥΛΟΥ 11	56532	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΚΟΥΣΙΔΗΣ	138	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 123 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	123
12	2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΑΓΚΑΔΑΣ	2394022695	ΛΑΓΚΑΔΑ	ΛΟΥΤΡΩΝ 18	57200	ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣ ΠΙΝΕΚΗΣ	125	17/10/2018	24/10/2018	Επίστρεψαν 100 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	100
13	9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ	2105968382	ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΣ	ΣΥΝΟΙΚΙΣΜΟΣ ΓΚΟΥΡΤΣΑΣ	19300	ΕΡΑΣΜΟΣ ΠΙΤΣΟΥ	136	17/10/2018	-	-	-
14	2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΟΥΤΩΝ	2810542809	ΒΟΥΤΕΣ	Λ. ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ 70	70013	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΣΤΕΦΑΝΑΤΟΣ	182	23/10/2018	25/10/2018	Επίστρεψαν 90 ερωτηματολόγια την 15/11/2018	90
15	6ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ	2104913859	ΝΙΚΑΙΑ	ΡΑΙΣΤΕΥΤΟΥ-ΒΟΣΠΟΡΟΥ	18453	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΜΟΙΡΑΣ	61	17/10/2018	19/10/2018	Επίστρεψαν 50 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	50
16	11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΙΚΑΙΑΣ	2104913859	ΝΙΚΑΙΑ	Π. ΡΑΛΛΗ 432	18451	ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΙΤΤΑΡΑΣ	104	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 76 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	76
17	53ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΑΙΑΣ	2104209506	ΠΕΡΑΙΑΣ	ΝΑΞΟΥ 64	18541	ΕΛΕΝΗ ΔΕΛΛΑΠΟΡΤΑ	66	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 64 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	64
18	18ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟ - ΕΛΑΦΕΙΟ ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΕΘΥΜΝΟΥ	2813053818	ΡΕΘΥΜΝΟ	ΙΔΙΟΜΕΝΕΣ 14	74100	ΧΑΙΡΩ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΟΥ	72	18/10/2018	22/10/2018	Επίστρεψαν 99 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	99
19	5ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΡΑΦΟΥ	210770981	ΖΩΡΑΦΟΥ	ΠΕΡΙΑΝΔΡΟΥ 27	15771	ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	127	22/10/2018	1/11/2018	Επίστρεψαν 62 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	62
20	4ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΩΡΑΦΟΥ	2107781481	ΖΩΡΑΦΟΥ	Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΚΑΙ ΚΟΥΡΤΣΑΣ	15773	ΚΩΝΣΤΑΣ ΓΙΤΤΑΡΑΣ	160	18/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 100 ερωτηματολόγια την 12/11/2018	100
21	3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ	2102810211	ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ	ΚΟΖΑΝΗΣ 36	14451	ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΒΛΑΧΟΠΟΥΛΟΣ	129	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 107 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	107
22	5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΑΛΙΔΑΡΟΥ- ΟΔ. ΕΥΛΥΤΗΣ	2105813451	Χαλιδάρι	ΠΑΡΗΝΟΣ & ΔΟΣΗΣ	12461	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΓΕΩΡΓΙΟΥ	94	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 72 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	72
23	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΤΕΡΙΟΥ	2105712330	ΠΕΡΙΤΕΡΙ	ΑΡΚΑΔΙΟΥ 25	12134	ΕΛΠΙΝΙΚΗ ΜΑΡΟΥΛΗ	114	22/10/2018	23/10/2018	Επίστρεψαν 83 ερωτηματολόγια την 2/11/2018	83
24	12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΤΕΡΙΟΥ	2105712669	ΠΕΡΙΤΕΡΙ	ΚΩΣΤΗ ΠΑΛΑΜΑ 28	12132	ΔΗΜΗΤΡΑ ΜΠΑΡΜΠΟΠΟΥΛΟΥ	94	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 66 ερωτηματολόγια την 23/10/2018	66
25	5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΟΣΧΑΤΟΥ	2109410172	ΜΟΣΧΑΤΟ	ΠΛΑΤΩΝΟΣ 174 ΚΑΙ ΧΕΙΜΑΡΑΣ	18345	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΑΥΚΟΥΛΑ	68	17/10/2018	24/10/2018	Επίστρεψαν 60 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	60
26	5ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΑΥΡΟΣ	2103414317	ΤΑΥΡΟΣ	ΠΕΡΑΙΩΣ ΚΑΙ ΛΑΜΠΡΑΚΗ 1	17778	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΧΡΗΣΤΙΑΣ	65	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 52 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	52
27	10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	2109614758	ΓΛΥΦΑΔΑ	ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ ΚΑΙ ΦΟΛΕΓΓΑΝΟΥ	16561	ΔΗΜΗΤΡΑ ΦΛΩΡΟΥ	143	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 87 ερωτηματολόγια την 30/10/2018	87
28	13ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Ν. ΣΜΥΡΝΗΣ	2109341550	Ν. ΣΜΥΡΝΗ	ΑΡΤΑΚΗΣ ΚΑΙ ΑΓΙΑΙΟΥ	17124	ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΛΑΖΑΡΗ	90	19/10/2018	22/10/2018	Επίστρεψαν 49 ερωτηματολόγια την 31/10/2018	49
29	8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	2641022003	ΑΓΡΙΝΙΟ	ΙΘΑΚΗΣ 3	30100	ΚΑΛΥΤΣΑ ΤΣΙΡΟΠΙΑΝΗ	97	17/10/2018	30/10/2018	Επίστρεψαν 68 ερωτηματολόγια την 30/10/2018	68
30	10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΙΓΙΟΥ	2691068108	ΑΙΓΙΟ	ΠΑΡΩΔΟΣ ΣΕΛΙΝΟΥΠΤΟΣ	25100	ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΑΡΑΝΤΗΣ	63	22/10/2018	23/10/2018	Επίστρεψαν 60 ερωτηματολόγια την 21/11/2018	60
31	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	2396041374	ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	57001	ΑΝΤΩΝΙΟΣ ΚΡΑΚΑΣ	121	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 74 ερωτηματολόγια την 6/11/2018	74
32	3ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΔΙΑΒΑΤΩΝ	2310781751	ΔΙΑΒΑΤΩΝ	ΔΗΜ. ΚΟΜΝΗΝΩΝ 6-8	57008	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΓΑΛΑΝΟΣ	146	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 105 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	105
33	8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΔΕΣΣΑΣ	2381027037	ΕΔΕΣΣΑ	ΔΗΜ. ΠΕΤΡΙΤΗ 30	58200	ΓΕΩΡΓΙΑ ΔΕΛΗΜΠΑΝΙΔΟΥ	100	17/10/2018	24/10/2018	Επίστρεψαν 80 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	80
34	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ «ΟΥΛΥΠΙΑΔΑ»	2351061293	ΚΑΛΛΙΘΕΑ	3ης ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 56	60100	ΧΡΗΣΤΟΣ ΕΣΑΡΧΟΥ	102	17/10/2018	18/10/2018	Επίστρεψαν 91 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	91
35	3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ	2842022359	ΙΕΡΑΠΕΤΡΑ	ΦΙΛΩΘΕΟΥ Α 2	72200	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΜΠΑΡΜΠΕΡΑΚΗΣ	127	17/10/2018	19/10/2018	Επίστρεψαν 88 ερωτηματολόγια την 24/10/2018	88
36	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΡΥΣΟΠΗΓΗΣ	2821094678	ΧΡΥΣΟΠΗΓΗ	ΧΡΥΣΟΠΗΓΗΣ 144	73134	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΑΝΔΡΟΝΙΚΑΚΗΣ	156	18/10/2018	22/10/2018	Επίστρεψαν 109 ερωτηματολόγια την 31/10/2018	109
							3864				2638

Συνολικά παρελήφθησαν 2.638 συμπληρωμένα ερωτηματολόγια από 34 σχολικές μονάδες. Οι διευθυντές των σχολικών μονάδων 20ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ και 9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ αρνήθηκαν να συμμετάσχουν συνολικά στο πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία και δεν επέστρεψαν συμπληρωμένα ερωτηματολόγια.

Στα τέλη Μαΐου 2022 επαναλήφθηκε η αποστολή 4.095 ερωτηματολογίων γονέων. Πιο συγκεκριμένα στα σχολεία που συμμετέχουν στο πρόγραμμα διανομής απεστάλη ολόκληρο το ερωτηματολόγιο των γονέων (που περιλαμβάνει το α' μέρος που αφορά την καταναλωτική συμπεριφορά των μαθητών, καθώς και το β' μέρος που αφορά την αξιολόγηση του προγράμματος), καθώς και το ερωτηματολόγιο των διευθυντών των σχολικών μονάδων, ενώ στα σχολεία που δε συμμετέχουν στο πρόγραμμα διανομής απεστάλη μόνο το α' μέρος του ερωτηματολογίου των γονέων (δεν απεστάλη το ερωτηματολόγιο των διευθυντών των σχολικών μονάδων).

Συνολικά παρελήφθησαν 2.044 συμπληρωμένα ερωτηματολόγια (βαθμός απόκρισης 49,91%) από 35 σχολικές μονάδες. Ο διευθυντής της σχολικής μονάδας 9ο





«Πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία»
με τη χρηματοδοτική συνεισφορά της Ευρωπαϊκής Ένωσης
Έκθεση Αξιολόγησης για τη σχολική περίοδο 2017-2022



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ, όπως προαναφέρθηκε, αρνήθηκε να συμμετάσχει συνολικά στο πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τα σχολεία.

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζεται αναλυτικά η κατάσταση παραλαβής και επιστροφής των συμπληρωμένων ερωτηματολογίων.

Πίνακας Β.2 Κατάσταση παραλαβής και επιστροφής των συμπληρωμένων ερωτηματολογίων (Ιούνιος 2022)

Κωδικός	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο	Όνοματεπώνυμο			
1	Δ/Κ ΠΕΡΙΜΕΤΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΔΑΝΕΣΣΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ - Π.Σ.Α.	21082027	Αθήνα	Σουλφ 43	3275	ΜΑΡΙΑ ΜΕΤΑΞΟΠΟΥ	70	WL30056202A	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	31	1	240222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
2	10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ	210821815	Αθήνα	ΜΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ 8	1215	ΑΝΔΡΕΑΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	150	WL30056202B	16/5/2022	30-05-2022	14/5/2022	14/5/2022	14	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
3	6ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΡΕΝΣΗΣ - ΑΝΤΙΣΣΙΑΣ	210223024	Αθήνα	ΣΑΥΤΩΤΟΥ 60	1225	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΑΥΤΑΛΑΣ	90	WL30056202C	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	44	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
4	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΛΙ ΜΗΛΑΧΩΝΑΣ	210821238	Ν. ΜΙΚΑΛΙΝΔΑ	ΑΝΔΡ. ΒΛΑΧΟΥ 4	5704	ΒΑΣΙΛΕΥΣ ΤΣΑΜΠΗΣ	130	WL30056202D	16/5/2022	30-05-2022	27/5/2022	27/5/2022	61	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
5	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΑΙΑΣ	210821270	ΠΕΡΑΙΑ	ΤΕΡΜΑ Μ. ΑΣΚΑΝΑΒΟΥ	37519	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΛΑΚΑΡΑΚΗΣ	100	WL30056202E	16/5/2022	30-05-2022	25/5/2022	25/5/2022	69	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
6	10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ	201027964	ΠΑΤΡΑ	ΕΘΝΟΓΕΝΕΩΝ ΚΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΝΗΣ	26102	ΑΝΔΡΕΑΣ ΣΥΛΛΟΥΡΟΣ	90	WL30056202F	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	19/5/2022	55	1	170122(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
7	4ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ	201022800	ΠΑΤΡΑ	ΙΘΟΔΡΑΤΩΝ 46	26443	ΜΑΡΙΑ ΚΑΡΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	60	WL30056202G	16/5/2022	30-05-2022	04/5/2022	04/5/2022	40	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
8	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΛΙ ΟΜΑΔΑΣ	210271861	ΜΕΛΙ ΟΜΑΔΑΣ	ΒΕΡΓΙΝΟΥ 1	14313	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΟΚΚΟΡΟΥΤΗΣ	115	WL30056202H	16/5/2022	30-05-2022	27/5/2022	14/5/2022	51	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
9	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΜΑΡΤΕΥΟΥ	210239750	Κομοτηνή	Μεσοπέλας 32	11811	ΑΝΔΡΕΑΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	115	WL30056202I	16/5/2022	30-05-2022	18/5/2022	18/5/2022	84	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
10	2ο Δημοτικό Σχολείο Καλλιθέας	210303020	Καλλιθέα	Αντών Κυριακού 28	17875	ΑΘΗΝΑ ΠΕΤΡΟΥ	100	WL30056202J	16/5/2022	30-05-2022	27/5/2022	27/5/2022	72	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
11	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΩΝΗΣ	210301258	ΠΟΛΙΧΩΝΗΣ	ΚΥΡΙΑΚΟΠΟΥΛΟΥ 11	9532	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΣΑΝΗΣ	140	WL30056202K	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	106	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
12	10ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΥΔΙΑΣ	210402266	ΑΛΥΣΣΑ	ΛΟΥΙΣΤΩΝ 18	17300	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΠΕΤΣΙΔΗΣ	130	WL30056202L	16/5/2022	30-05-2022	04/5/2022	04/5/2022	45	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
13	2ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΟΥΛΩΝ	210504280	ΒΟΥΛΕΣ	Α. ΠΑΝΔΕΣΤΡΑΚΟΥ 70	50513	ΚΑΡΑΛΙΑΚΗΣ ΣΤΕΦΑΝΙΔΗΣ	140	WL30056202M	16/5/2022	30-05-2022	04/5/2022	04/5/2022	116	1	240222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
14	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	210505882	ΑΓΡΙΝΙΟΥ	ΣΠΟΚΙΣΣΗΣ ΠΕΤΡΟΥΣΣΑΣ	12400	ΙΡΑΙΔΑ ΠΕΤΡΟΥ	-	-	//	//	//	//	//	//	6ο συμπλήρωμα επί Πληρωμα					
15	8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ	210603009	ΝΕΑΡΑ	ΠΑΛΕΩΝ ΔΕΣΠΟΤΟΥ	18413	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΜΟΝΑΣ	85	WL30056202N	16/5/2022	30-05-2022	20/5/2022	20/5/2022	29	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
16	12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΝΕΑΣ	210402375	ΝΕΑΡΑ	Π. ΣΑΛΑΝΗ 432	18411	ΜΙΧΑΗΛΣ ΜΑΡΑΒΟΥΣ	200	WL30056202O	16/5/2022	30-05-2022	20/5/2022	20/5/2022	50	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
17	12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΑΙΑΣ	210402508	ΠΕΡΑΙΑΣ	ΝΑΪΦΟΥ 49	18541	ΕΛΣΗ ΔΕΛΑΚΟΡΤΣΑ	200	WL30056202P	16/5/2022	30-05-2022	25/5/2022	25/5/2022	41	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
18	10ο ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΥΡΡΑΙΩΝ - ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΥΡΡΑΙΩΝ	210503818	ΠΥΡΡΑΙΩΝ	ΝΟΜΑΔΕΩΣ 34	74500	ΜΑΡΙΝΑ ΚΟΜΜΑΤΟΠΟΥΛΟΥ	25	WL30056202Q	16/5/2022	30-05-2022	20/5/2022	20/5/2022	60	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
19	8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΣΟΥΡΕΩΝ	210701841	ΣΟΥΡΕΩΝ	Μ. ΑΣΚΑΝΑΒΟΥ ΚΑΙ ΚΟΥΡΤΣΑΣ	12773	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	145	WL30056202R	16/5/2022	30-05-2022	25/5/2022	25/5/2022	95	1	240222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
20	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΑΜΟΥ - ΟΛ. ΒΟΥΛΗΣ	210503341	ΚΑΛΑΜΑ	ΠΑΡΗΣΙΟΥ & ΒΟΥΛΗΣ	12461	ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΠΕΤΡΟΥΣ	100	WL30056202S	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	35	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
21	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΕΡΑΤΕΩΝ	210521330	ΚΕΡΑΤΕΩΝ	ΑΡΧΑΪΟΥ 25	12114	ΕΛΣΙΩΝ ΜΑΚΡΗΝΗ	115	WL30056202T	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	14/5/2022	12	1	240222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
22	12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ	210521360	ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ	ΚΩΣΤΗ ΠΑΠΑΝΑ 26	12112	ΓΡΗΓΟΡΟΣ ΠΑΝΑΓΗΣ	100	WL30056202U	16/5/2022	30-05-2022	20/5/2022	20/5/2022	20	1	240222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
23	12ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ Ν. ΣΠΗΡΕΩΝ	210504500	Ν. ΣΠΗΡΕΩΝ	ΑΡΧΑΪΟΥ ΚΑΙ ΑΓΑΘΟΥ	17124	ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ ΚΑΖΑΝΗΣ	80	WL30056202V	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	31	1	250222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
24	8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓΡΙΝΙΟΥ	204222003	ΑΓΡΙΝΙΟ	ΙΣΜΑΪΛ 3	30200	ΚΑΛΥΠΤΑ ΤΣΟΥΡΒΑΝΗ	100	WL30056202W	16/5/2022	30-05-2022	30/5/2022	30/5/2022	61	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
25	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΡΥΦΟΠΟΥΛΗΣ	208277446	ΚΡΥΦΟΠΟΥΛΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΠΟΥΛΟΥ	47490	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΠΟΥΛΟΥ	35	WL30056202X	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	25	1	170222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
26	ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΛΑΜΙΑΣ - ΟΥΜΒΡΙΑΣ	210528126	ΚΑΛΑΜΙΑΣ	3ο ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 56	60200	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΠΟΥΛΟΥ	100	WL30056202Y	16/5/2022	30-05-2022	18/5/2022	18/5/2022	56	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
27	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΙΛΑΙΑΣ	208222259	ΠΙΛΑΙΑΣ	Α.2	71200	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΜΠΑΡΜΠΑΡΑΚΗΣ	135	WL30056202Z	16/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	59	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
28	8ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΕΙΣΣΑΣ	210202037	ΛΕΙΣΣΑ	ΑΝΑΓ. ΠΕΤΡΙΤΩΝ 30	56200	ΖΩΗ ΜΑΡΟΥΣΙΟΥ	100	WL30056202AA	16/5/2022	30-05-2022	18/5/2022	24/5/2022	57	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
29	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΙΛΑΙΑΣ	210202074	ΠΙΛΑΙΑΣ	ΙΣΜΑΪΛ 5	55100	ΑΝΔΡΕΑΣ ΠΕΤΡΟΜΑΝΩΛΗΣ	240	WL30056202AB	17/5/2022	30-05-2022	25/5/2022	25/5/2022	61	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
30	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΟΛΙΧΩΝΗΣ	210301478	ΠΟΛΙΧΩΝΗΣ	ΣΚΟΠΕΩΝ 1	95313	ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΑΓΓΕΛΟΥ	140	WL30056202AC	17/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	85	1	180222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
31	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΤΟ ΚΑΛΙΑΣ	208202462	ΚΑΤΟ ΚΑΛΙΑΣ	ΤΕΡΜΑ ΑΣΚΑΝΑΒΟΥΣ	72300	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	131	WL30056202AD	17/5/2022	30-05-2022	14/5/2022	14/5/2022	36	1	180122(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
32	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΡΑΦΟΥ	208202217	ΡΑΦΙ	ΕΛΣΙΩΝ 40	75014	ΜΙΧΑΗΛΣ ΦΑΡΑΚΑΚΗΣ	187	WL30056202AE	17/5/2022	30-05-2022	30/5/2022	30/5/2022	94	1	190122(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
33	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΡΑΚΑ	208202276	ΠΑΡΑΚΑ	ΠΑΡΑΚΑ	76013	ΣΤΑΜΑΤΙΟΣ ΔΕΛΙΟΥΡΗΣ	80	WL30056202AF	17/5/2022	24/5/2022	04/5/2022	04/5/2022	46	1	140222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
34	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΗΦΙΣΣΙΑΣ	208201740	ΚΗΦΙΣΣΙΑΣ	ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ 1 & 2	36344	ΣΤΑΜΑΤΙΟΣ ΣΤΑΜΑΤΙΟΥ	561	WL30056202AG	17/5/2022	30-05-2022	14/5/2022	14/5/2022	129	1	200222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
35	2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΤΡΩΝ	210820000	ΠΕΤΡΩΝ	ΡΕΦΑ ΑΡΧΑΪΟΥ 17	15111	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΑΒΟΥΡΜΑΤΣΗΣ	159	WL30056202AH	17/5/2022	30-05-2022	14/5/2022	14/5/2022	84	1	200222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
36	1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΝΩ ΛΙΣΣΙΩΝ	210427040	ΑΝΩ ΛΙΣΣΙΩΝ	ΚΟΡΝΗΔΙΟΥ ΚΑΙ ΠΙΛΩΟΥ	11941	ΣΟΦΙΑ ΠΑΥΛΟΥ	100	WL30056202AI	17/5/2022	30-05-2022	24/5/2022	24/5/2022	90	-	140222(Ανεπαρκή παραβόλεια)					
													4095							
													2044	17						

Ο σχετικά χαμηλότερος βαθμός απόκρισης κατά τη φάση 1 (Μάιος 2022) μπορεί να αποδοθεί στην αποστολή των ερωτηματολογίων λίγες μέρες πριν την εκπνοή του σχολικού έτους. Ο βαθμός απόκρισης, ωστόσο, και στις δύο φάσεις της έρευνας είναι απολύτως ικανοποιητικός και δεν δημιουργεί οποιαδήποτε υπόνοια αναφορικά με την αξιοπιστία της, καθώς σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, τα ερωτηματολόγια που έχουν αναμενόμενο ποσοστό απόκρισης γύρω στο 20%⁴.

Επίσης, πραγματοποιήθηκαν δύο ενδιάμεσες μετρήσεις κατά τα τέλη Μαΐου 2019 και τον Απρίλιο του 2022, οι αποστολές και αποκρίσεις των οποίων παρουσιάζονται στις ετήσιες εκθέσεις αξιολόγησης των σχολικών ετών 2018-2019 και 2021-2022.

⁴ Βερροπούλου Γεωργία, Αν. Καθηγήτρια Τμήματος Στατιστικής και Ασφαλιστικής Επιστήμης, Πανεπιστήμιο Πειραιώς, Σχεδιασμός Κοινωνικοοικονομικών Ερευνών, 2007





Παράρτημα Γ' Αποτελέσματα της αξιολόγησης κατά την μέτρηση του Μαΐου 2019

Καταναλωτικές συνήθειες και διατροφική στάση της οικογένειας

Από την εξέταση των πινάκων Γ.1, Γ.2, Γ.3 και Γ.4 προκύπτει ότι **η κατανάλωση φρούτων και λαχανικών βρίσκεται σε μη ικανοποιητικά επίπεδα**, καθώς μόλις το 48% των παιδιών καταναλώνουν φρούτα καθημερινώς και μόλις το 30% των παιδιών λαχανικά καθημερινώς. Επίσης, μόλις το 10% των παιδιών καταναλώνει τουλάχιστον 5 μερίδες φρούτων και λαχανικών την ημέρα που είναι η συνιστώμενη ποσότητα.

Στην περίπτωση του γάλακτος, τα στοιχεία είναι πιο ενθαρρυντικά, καθώς το 74% των παιδιών πίνει καθημερινά γάλα και το 43% καταναλώνει 2-4 μερίδες γάλα το πρωί ημερησίως που είναι ικανοποιητική ποσότητα.

Πίνακας Γ.1 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	2,08%	0,55%	23,93%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	38,51%	41,93%	23,16%
5-6 φορές την εβδομάδα	16,41%	19,65%	8,12%
Καθημερινά	43,00%	37,87%	44,79%

Πίνακας Γ.2 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,74%	1,10%	34,95%
1 μερίδα / ημέρα	57,39%	58,99%	48,51%
2 μερίδες / ημέρα	28,70%	32,02%	11,80%
3-4 μερίδες / ημέρα	9,64%	6,25%	2,98%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	1,53%	1,64%	1,76%

Πίνακας Γ.3 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	1,64%	3,93%	4,15%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	30,05%	47,43%	13,97%
5-6 φορές την εβδομάδα	20,55%	18,80%	8,30%
Καθημερινά	47,76%	29,84%	73,58%

Πίνακας Γ.4 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,08%	4,81%	8,27%
1 μερίδα / ημέρα	49,51%	68,60%	45,31%
2 μερίδες / ημέρα	34,83%	20,79%	37,82%
3-4 μερίδες / ημέρα	11,06%	4,60%	5,62%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	2,52%	1,20%	2,98%

Υψηλή παρουσιάζεται η διαθεσιμότητα φρούτων, λαχανικών και γάλακτος στο σπίτι, καθώς τα νοικοκυριά που αγοράζουν περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα φρούτα και λαχανικά ανέρχονται σε ποσοστό 79% και γάλα σε ποσοστό 89%. Επίσης, το 58% των γονέων και κηδεμόνων ετοιμάζει για κολατσιό των παιδιών στο σχολείο



κάτι που περιλαμβάνει φρούτα, λαχανικά ή γάλα. Στους πίνακες Γ.5 και Γ.6 παρουσιάζονται τα σχετικά στοιχεία.

Πίνακας Γ.5 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	0,11%	0,79%
1-2 φορές το μήνα	2,11%	3,29%
3-4 φορές το μήνα	18,67%	6,47%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	63,89%	44,61%
Καθημερινά	15,22%	44,84%

Πίνακας Γ.6 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	34,91%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	21,46%
Γάλα λευκό	1,78%
Άλλο	41,14%
Τίποτε	0,71%

Αντιθέτως, διαπιστώνεται άγνοια των γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες κατανάλωσης. Συγκεκριμένα, μόλις το 7,49% των γονέων και κηδεμόνων φέρεται να γνωρίζει ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως και μόλις το 15,72% ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως για τα παιδιά.

Πίνακας Γ.7 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	0,45%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	58,50%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	28,30%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	7,49%
Δεν γνωρίζω	5,26%

Πίνακας Γ.8 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	2,34%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	72,91%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	15,72%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	3,01%
Δεν γνωρίζω	6,02%

Τέλος, σύμφωνα με τις απαντήσεις των ερωτώμενων, **διαπιστώνεται ευαισθητοποίηση αναφορικά με το γρήγορο / πρόχειρο φαγητό**, καθώς το 66,52% των μαθητών καταναλώνουν σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ. σπανιότερα από 1 φορά την εβδομάδα.



Πίνακας Γ.9 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	66,52%
1-2 φορές την εβδομάδα	29,79%
3-4 φορές την εβδομάδα	3,25%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,45%

Πίνακας Γ.10 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	66,89%
1-2 φορές την εβδομάδα	30,79%
3-4 φορές την εβδομάδα	2,10%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,22%



Προτιμώμενα φρούτα και λαχανικά από τα παιδιά

Από την ανάλυση των στοιχείων του ερωτηματολογίου συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων που διενεμήθηκε προέκυψε ότι τα πιο δημοφιλή (δηλαδή αυτά που καταναλώνονται σε καθημερινή βάση) φρούτα και λαχανικά είναι τα ακόλουθα (Πίνακας Γ.11):

Πίνακας Γ.11 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Μήλο	30,00%	Σταφίδα	5,46%
Μπανάνα	29,91%	Αμύγδαλο	4,25%
Πορτοκάλι	28,91%	Σύκο	3,32%
Αγγούρι	26,25%	Ακτινίδιο	3,18%
Ντομάτα	23,65%	Μπρόκολο	3,15%
Κρεμμύδι	21,36%	Παντζάρι	3,02%
Καρπούζι	20,60%	Καρύδι	2,96%
Κεράσι	18,43%	Σέλινο	2,52%
Σταφύλι	18,40%	Φασολάκι	2,38%
Ροδάκινο	18,05%	Κολοκυθάκι	2,15%
Λεμόνι	15,34%	Σπανάκι	2,11%
Φράουλα	15,26%	Μελιτζάνα	1,91%
Μανταρίνι	15,13%	Κάστανο	1,63%
Βερίκοκο	12,30%	Κουνουπίδι	1,24%
Πεπόνι	12,25%	Ανανάς	1,12%
Μαρούλι	11,07%	Αρακάς	0,97%
Καρότο	11,02%	Γκρέιπ φρουτ	0,75%
Αχλάδι	8,56%	Βλίτα	0,74%
Λάχανο	6,72%	Αγκινάρα	0,73%
Πιπεριά	6,52%	Αβοκάντο	0,49%

Παρατηρείται ότι στις 10 πρώτες θέσεις κυριαρχούν τα φρούτα (7 εμφανίσεις) και παρεμβάλλονται μόνο 3 λαχανικά (κρεμμύδι, αγγούρι, ντομάτα), αν και **παρατηρείται συνολικά αύξηση της καθημερινής κατανάλωσης σε πολλά είδη φρούτων και λαχανικών.**



Διατροφική στάση των παιδιών

Από τους πίνακες Γ.12, Γ.13, Γ.14 και Γ.15 προκύπτει ότι τα παιδιά αρέσκονται στην κατανάλωση φρούτων και λαχανικών και γάλακτος, **αλλά δεν υπάρχει έντονη επιθυμία για μεγαλύτερη κατανάλωση** (38% θα επιθυμούσε περισσότερα φρούτα και λαχανικά και 34% περισσότερο γάλα).

Ως κύριοι λόγοι κατανάλωσης εμφανίζονται λόγοι προτίμησης – γεύσης (39% για φρούτα και λαχανικά και 45% για γάλα) και ακολουθούν λόγοι υγείας (36%).

Τέλος, παρατηρείται σαφής προτίμηση για κατανάλωση των φρούτων και λαχανικών όταν είναι καθαρισμένα και τεμαχισμένα ή στυμμένα.

Πίνακας Γ.12 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	91,31%	91,90%
Όχι	8,69%	8,10%

Πίνακας Γ.13 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	37,65%	33,81%
Όχι	62,35%	66,19%

Πίνακας Γ.14 Κύριοι λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	39,27%	45,25%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	36,28%	36,33%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	3,14%	1,92%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	20,31%	15,33%
Για άλλους λόγους:	1,00%	1,17%

Πίνακας Γ.15 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	56,42%
Σε χυμό	21,32%
Ολόκληρα και πλυμένα	20,38%
Αποξηραμένα	1,88%

Το 82,33% των παιδιών είναι σε θέση να αναγνωρίσει πάνω από 10 φρούτα και το 66,10% πάνω από 10 λαχανικά, το 94,19% γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί, το 66,11% γνωρίζει την ύπαρξη βιολογικών προϊόντων, το 90.74% γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία και το 76,65% γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής. **Ωστόσο, είναι πολύ χαμηλό το ποσοστό των παιδιών που γνωρίζει ότι η συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών είναι τουλάχιστον 5 μερίδες ημερησίως.**



Πίνακας Γ.16 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	2,75%	6,56%
6 έως 10	14,91%	27,34%
11 έως 15	25,11%	22,48%
16 έως 20	23,28%	21,02%
Πάνω από 20	33,94%	22,60%

Πίνακας Γ.17 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	94,19%
Όχι	5,81%

Πίνακας Γ.18 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	66,11%
Όχι	33,89%

Πίνακας Γ.19 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	90,74%
Όχι	9,26%

Πίνακας Γ.20 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	8,63%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	61,94%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	15,60%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	5,08%
Δεν γνωρίζει	8,75%

Πίνακας Γ.21 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	76,65%
Όχι	23,35%



Παρουσίαση αποτελεσμάτων ομάδας ελέγχου

Στους πίνακες που ακολουθούν παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της έρευνας που πραγματοποιήθηκε το Μάιο του 2019 στην ομάδα ελέγχου.

Πίνακας Γ.22 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	1,80%	0,85%	24,03%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	38,73%	40,80%	28,96%
5-6 φορές την εβδομάδα	15,91%	20,78%	9,02%
Καθημερινά	43,56%	37,57%	37,99%

Πίνακας Γ.23 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,28%	1,24%	34,33%
1 μερίδα / ημέρα	56,46%	56,00%	49,62%
2 μερίδες / ημέρα	29,94%	33,24%	12,21%
3-4 μερίδες / ημέρα	8,75%	7,05%	1,54%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	2,57%	2,48%	2,31%

Πίνακας Γ.24 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	1,71%	4,85%	3,99%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	30,27%	47,34%	14,25%
5-6 φορές την εβδομάδα	21,92%	20,44%	9,50%
Καθημερινά	46,11%	27,38%	72,27%

Πίνακας Γ.25 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	1,71%	5,24%	8,17%
1 μερίδα / ημέρα	49,10%	66,63%	44,20%
2 μερίδες / ημέρα	35,39%	22,12%	38,02%
3-4 μερίδες / ημέρα	11,51%	4,96%	5,61%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	2,28%	1,05%	3,99%

Πίνακας Γ.26 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	0,38%	1,46%
1-2 φορές το μήνα	1,54%	3,03%
3-4 φορές το μήνα	20,08%	8,11%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	61,00%	45,90%
Καθημερινά	17,00%	41,50%

Πίνακας Γ.27 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	36,06%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	21,34%
Γάλα λευκό	2,44%
Άλλο	39,13%
Τίποτε	1,02%



Πίνακας Γ.28 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	0,97%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	56,55%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	31,23%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	6,01%
Δεν γνωρίζω	5,24%

Πίνακας Γ.29 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	2,31%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	71,77%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	18,02%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	2,31%
Δεν γνωρίζω	5,59%

Πίνακας Γ.30 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	68,86%
1-2 φορές την εβδομάδα	27,22%
3-4 φορές την εβδομάδα	3,15%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,76%

Πίνακας Γ.31 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	69,47%
1-2 φορές την εβδομάδα	28,13%
3-4 φορές την εβδομάδα	1,91%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,48%

Πίνακας Γ.32 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Μήλο	30,74%	Σύκο	4,55%
Πορτοκάλι	30,21%	Λάχανο	4,33%
Μπανάνα	29,22%	Μπρόκολο	3,63%
Ντομάτα	25,42%	Αμύγδαλο	3,37%
Αγγούρι	24,85%	Καρόδι	3,31%
Καρπούζι	21,47%	Φασολάκι	2,81%
Κεράσι	21,26%	Ακτινίδιο	2,60%
Κρεμμύδι	20,19%	Παντζάρι	2,03%
Σταφύλι	18,67%	Κολοκυθάκι	1,93%
Ροδάκινο	17,91%	Σέλινο	1,40%
Φράουλα	17,33%	Σπανάκι	1,28%
Μανταρίνι	15,50%	Ανανάς	1,23%
Πεπόνι	14,44%	Κάστανο	1,15%
Λεμόνι	13,66%	Αρακάς	1,01%
Καρότο	12,38%	Μελιτζάνα	0,86%
Μαρούλι	11,66%	Κουνουπίδι	0,84%
Βερίκοκο	11,42%	Γκρέιπ φρουτ	0,74%
Αχλάδι	10,12%	Αβοκάντο	0,62%
Πιπεριά	7,12%	Αγκινάρα	0,51%
Σταφίδα	6,78%	Βλίτα	0,31%



Πίνακας Γ.33 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	88,62%	89,92%
Όχι	11,38%	10,08%

Πίνακας Γ.34 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	42,12%	36,54%
Όχι	57,88%	63,46%

Πίνακας Γ.35 Κύριο λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	38,36%	46,94%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	34,92%	34,54%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	3,63%	1,97%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	21,84%	15,19%
Για άλλους λόγους:	1,25%	1,36%

Πίνακας Γ.36 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	57,34%
Σε χυμό	21,17%
Ολόκληρα, πλυμένα και συσκευασμένα	19,01%
Αποξηραμένα	2,47%

Πίνακας Γ.37 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	4,25%	10,29%
6 έως 10	14,96%	24,50%
11 έως 15	21,74%	25,13%
16 έως 20	25,58%	16,76%
Πάνω από 20	33,47%	23,33%

Πίνακας Γ.38 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	94,96%
Όχι	5,04%

Πίνακας Γ.39 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	66,56%
Όχι	33,44%

Πίνακας Γ.40 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	91,83%
Όχι	8,17%



Πίνακας Γ.41 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	6,11%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	65,32%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	17,91%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	4,14%
Δεν γνωρίζει	6,52%

Πίνακας Γ.42 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	70,75%
Όχι	29,25%



Τιμές των δεικτών αξιολόγησης κατά το Μάιο του 2019

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζονται οι τιμές κατά το Μάιο του 2019 των δεικτών που χρησιμοποιήθηκαν για την αξιολόγηση του προγράμματος.

Μεταβλητές δεικτών αξιολόγησης	Τιμή Ομάδας Παρέμβασης	Τιμή Ομάδας Ελέγχου
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως	48,41%	49,19%
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους	91,73%	91,83%
% των μαθητών που καταναλώνουν καθημερινά λαχανικά	29,84%	27,38%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως	9,65%	10,43%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως	5,62%	5,61%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 φρούτα	82,34%	80,79%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 λαχανικά	66,10%	65,22%
% των μαθητών που γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού	94,19%	94,96%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα	66,11%	66,56%
% των μαθητών που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	5,08%	4,14%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	7,49%	6,01%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες γαλακτοκομικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	15,72%	18,02%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής	76,65%	70,75%
% των μαθητών που γνωρίζουν ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία	90,74%	91,83%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά	91,31%	88,62%
10 δημοφιλέστερα φρούτα και λαχανικά	Μήλο, Μπανάνα, Πορτοκάλι, Αγγούρι, Ντομάτα, Κρεμμύδι, Καρπούζι, Κεράσι, Σταφύλι, Ροδάκινο	Μήλο, Πορτοκάλι, Μπανάνα, Ντομάτα, Αγγούρι, Καρπούζι, Κεράσι, Κρεμμύδι, Σταφύλι, Ροδάκινο
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα	91,90%	89,92%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά	37,65%	42,12%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερο γάλα	33,81%	36,54%



Παράρτημα Δ' Αποτελέσματα της αξιολόγησης κατά την μέτρηση του Απριλίου 2022

Καταναλωτικές συνήθειες και διατροφική στάση της οικογένειας

Από την εξέταση των πινάκων Δ.1, Δ.2, Δ.3 και Δ.4 προκύπτει ότι **η συχνότητα και η ποσότητα κατανάλωσης φρούτων από τα παιδιά είναι αντίστοιχη με αυτή των γονέων τους**. Δηλαδή τα παιδιά τρώνε τόσα φρούτα όσο και οι γονείς τους με κάποια αμυδρή τάση να δίνεται μεγαλύτερη έμφαση στη διατροφή των παιδιών, ιδίως ως προς τις ποσότητες. Αντιθέτως, τα λαχανικά εμφανίζονται πιο δύσκολα να ενταχθούν στη διατροφή των παιδιών, καθώς οι γονείς καταναλώνουν συχνότερα και περισσότερα λαχανικά εν γένει. Τέλος, η κατανάλωση γάλακτος είναι μία συνήθεια που αφορά πολύ περισσότερο τα παιδιά παρά τους γονείς.

Σε κάθε περίπτωση η κατανάλωση φρούτων και λαχανικών κυμαίνεται σε μη ικανοποιητικά επίπεδα, καθώς μόλις το 40% των παιδιών καταναλώνουν φρούτα καθημερινώς και μόλις το 28% των παιδιών λαχανικά καθημερινώς. Επίσης, μόλις το 10% των παιδιών καταναλώνει τουλάχιστον 5 μερίδες φρούτων και λαχανικών την ημέρα που είναι η συνιστώμενη ποσότητα.

Στην περίπτωση του γάλακτος, τα στοιχεία είναι λίγο καλύτερα, καθώς το 59% των παιδιών πίνει καθημερινά γάλα και το 30% καταναλώνει 2-4 μερίδες γάλα το πρωί ημερησίως που είναι ικανοποιητική ποσότητα.

Πίνακας Δ.1 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	2,13%	0,74%	27,28%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	43,61%	40,95%	27,37%
5-6 φορές την εβδομάδα	20,28%	24,05%	8,57%
Καθημερινά	33,98%	34,26%	36,78%

Πίνακας Δ.2 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,98%	1,77%	41,64%
1 μερίδα / ημέρα	62,42%	60,87%	42,86%
2 μερίδες / ημέρα	22,79%	26,86%	10,55%
3-4 μερίδες / ημέρα	10,23%	8,92%	2,43%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	1,58%	1,58%	2,52%

Πίνακας Δ.3 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	2,22%	5,29%	9,73%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	37,72%	50,23%	19,18%
5-6 φορές την εβδομάδα	20,11%	16,71%	11,77%
Καθημερινά	39,94%	27,76%	59,31%



Πίνακας Δ.4 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	1,86%	5,87%	15,84%
1 μερίδα / ημέρα	57,13%	67,57%	49,58%
2 μερίδες / ημέρα	30,29%	20,50%	27,09%
3-4 μερίδες / ημέρα	9,32%	4,85%	3,28%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	1,40%	1,21%	4,22%

Η μειωμένη – σε σχέση με τις συνιστώμενες ποσότητες – κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και γάλακτος δεν μπορεί να αποδοθεί στην έλλειψη διαθεσιμότητας των τροφίμων αυτών στο σπίτι, καθώς τα νοικοκυριά που αγοράζουν περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα φρούτα και λαχανικά ανέρχονται σε ποσοστό 72% και γάλα σε ποσοστό 81%. Επίσης, το 51% των γονέων και κηδεμόνων ετοιμάζει για κολατσιό των παιδιών στο σχολείο κάτι που περιλαμβάνει φρούτα, λαχανικά ή γάλα. Στους πίνακες Δ.5 και Δ.6 παρουσιάζονται τα σχετικά στοιχεία.

Πίνακας Δ.5 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	0,47%	2,40%
1-2 φορές το μήνα	4,48%	3,74%
3-4 φορές το μήνα	23,34%	12,76%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	57,14%	49,62%
Καθημερινά	14,57%	31,48%

Πίνακας Δ.6 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	27,01%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	22,51%
Γάλα λευκό	1,36%
Άλλο	46,04%
Τίποτε	3,07%

Αντιθέτως, η μειωμένη κατανάλωση μπορεί να αποδοθεί στην άγνοια των γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τις συνιστώμενες ποσότητες κατανάλωσης. Συγκεκριμένα, μόλις το 5% των γονέων και κηδεμόνων φέρεται να γνωρίζει ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως και μόλις το 13% ότι η συνιστώμενη ποσότητα είναι 3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως για τα παιδιά.

Πίνακας Δ.7 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	0,75%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	58,61%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	28,79%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	5,27%
Δεν γνωρίζω	6,59%



Πίνακας Δ.8 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	3,38%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	73,08%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	13,13%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	2,53%
Δεν γνωρίζω	7,88%

Τέλος, σύμφωνα με τις απαντήσεις των ερωτώμενων, το γρήγορο / πρόχειρο φαγητό φαίνεται ότι δεν έχει θέση στο ελληνικό τραπέζι, καθώς το 67% των γονέων και κηδεμόνων και το 61% των μαθητών καταναλώνουν σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ. σπανιότερα από 1 φορά την εβδομάδα.

Πίνακας Δ.9 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	67,35%
1-2 φορές την εβδομάδα	29,48%
3-4 φορές την εβδομάδα	2,15%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	1,03%

Πίνακας Δ.10 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	61,01%
1-2 φορές την εβδομάδα	35,43%
3-4 φορές την εβδομάδα	2,91%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	0,66%



Προτιμώμενα φρούτα και λαχανικά από τα παιδιά

Από την ανάλυση των στοιχείων του ερωτηματολογίου συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων που διενεμήθηκε προέκυψε ότι τα πιο δημοφιλή (δηλαδή αυτά που καταναλώνονται σε καθημερινή βάση) φρούτα και λαχανικά είναι τα ακόλουθα (Πίνακας Δ.11):

Πίνακας Δ.11 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Μήλο	32,83%	Σταφίδα	6,08%
Πορτοκάλι	31,98%	Σύκο	5,17%
Μπανάνα	29,56%	Αμύγδαλο	4,95%
Καρπούζι	24,20%	Καρύδι	3,66%
Φράουλα	23,17%	Φασολάκι	3,30%
Ντομάτα	21,73%	Ακτινίδιο	3,09%
Κρεμμύδι	20,20%	Κολοκυθάκι	2,75%
Αγγούρι	19,92%	Μπρόκολο	2,67%
Ροδάκινο	18,53%	Κάστανο	2,27%
Σταφύλι	18,06%	Σπανάκι	2,13%
Μανταρίνι	17,52%	Μελιτζάνα	2,07%
Λεμόνι	16,75%	Παντζάρι	1,95%
Κεράσι	16,72%	Σέλινο	1,75%
Πεπόνι	14,30%	Ανανάς	1,71%
Μαρούλι	13,01%	Γκρέιπ-φρουτ	1,69%
Καρότο	10,31%	Αρακάς	1,28%
Αχλάδι	9,42%	Αβοκάντο	1,12%
Βερύκοκο	9,11%	Κουνουπίδι	0,89%
Πιπεριά	7,08%	Βλίτα	0,83%
Λάχανο	6,55%	Αγκινάρα	0,71%

Παρατηρείται ότι στις 10 πρώτες θέσεις κυριαρχούν τα φρούτα (7 εμφανίσεις) και παρεμβάλλονται μόνο 3 λαχανικά (κρεμμύδι, αγγούρι, ντομάτα) τα οποία είναι κύρια συστατικά της διαδεδομένης χωριάτικης σαλάτας, καθώς και της σάλτσας ντομάτας που απαντάται σε πολλά μαγειρευτά. Στην πρώτη εικοσάδα απαντώνται επίσης το λεμόνι, το μαρούλι, το καρότο και το λάχανο, που αποτελούν συστατικά για άλλες δύο δημοφιλείς σαλάτες. **Γενικότερα όμως, τα παιδιά δεν είναι ιδιαίτερα εξοικειωμένα με τα λαχανικά σε σύγκριση με τα φρούτα.**



Διατροφική στάση των παιδιών

Από τους πίνακες Δ.12, Δ.13, Δ.14 και Δ.15 προκύπτει ότι **τα παιδιά αρέσκονται στην κατανάλωση φρούτων και λαχανικών (91%) και γάλακτος (85%)**, αλλά μόλις το 41% θα επιθυμούσε να κατανάλωνε περισσότερα φρούτα και λαχανικά και το 32% περισσότερο γάλα, στοιχείο μάλλον προβληματικό, καθώς, όπως προαναφέρθηκε, παρατηρείται υποκατανάλωση των συγκεκριμένων τροφίμων. Ως κύριοι λόγοι κατανάλωσης εμφανίζονται λόγοι προτίμησης – γεύσης (37% για φρούτα και λαχανικά και 48% για γάλα) και ακολουθούν λόγοι υγείας (41% και 35% αντίστοιχα). Κατά συνέπεια, η περαιτέρω εξοικείωση και ευαισθητοποίηση των παιδιών μπορεί να οδηγήσει στην αυξημένη κατανάλωση. Τέλος, υπάρχει σαφής προτίμηση για κατανάλωση των φρούτων και λαχανικών όταν είναι καθαρισμένα και τεμαχισμένα (54%) ή στυμμένα (22%), οπότε η αύξηση της διαθεσιμότητας των φρούτων και λαχανικών σε αυτή τη μορφή μπορεί επίσης να συντελέσει στην αύξηση της κατανάλωσης.

Πίνακας Δ.12 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	90,87%	85,26%
Όχι	9,13%	14,74%

Πίνακας Δ.13 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	41,45%	31,88%
Όχι	58,55%	68,12%

Πίνακας Δ.14 Κύριο λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	36,48%	47,49%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	40,56%	35,24%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	2,88%	2,19%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	19,45%	13,87%
Για άλλους λόγους:	0,63%	1,20%

Πίνακας Δ.15 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	54,05%
Σε χυμό	22,17%
Ολόκληρα, πλυμένα και συσκευασμένα	21,89%
Αποξηραμένα	1,90%

Τα παιδιά εμφανίζονται σχετικά ενημερωμένα σε θέματα διατροφής, καθώς είναι σε θέση να αναγνωρίσουν το 81% είναι σε θέση να αναγνωρίσει πάνω από 10 φρούτα και το 69% πάνω από 10 λαχανικά, το 96% γνωρίζει πώς παράγεται το γάλα και το τυρί, το 86% γνωρίζει την ύπαρξη βιολογικών προϊόντων, το 96% γνωρίζει ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία και το 89% γνωρίζει για την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής. **Ωστόσο, μόλις**



το 5,27% των παιδιών γνωρίζει η συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών είναι τουλάχιστον 5 μερίδες ημερησίως.

Πίνακας Δ.16 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	3,85%	7,82%
6 έως 10	14,92%	23,57%
11 έως 15	17,61%	21,46%
16 έως 20	22,71%	18,86%
Πάνω από 20	40,90%	28,28%

Πίνακας Δ.17 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	96,25%
Όχι	3,75%

Πίνακας Δ.18 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	85,77%
Όχι	14,23%

Πίνακας Δ.19 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	96,47%
Όχι	3,53%

Πίνακας Δ.20 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	5,08%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	64,75%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	18,10%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	5,27%
Δεν γνωρίζει	6,80%

Πίνακας Δ.21 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	88,57%
Όχι	11,43%



Παρουσίαση αποτελεσμάτων ομάδας ελέγχου

Στους πίνακες που ακολουθούν παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της έρευνας που πραγματοποιήθηκε κατά τον Απρίλιο του 2022 στην ομάδα ελέγχου. **Γενικότερα, οι απαντήσεις της ομάδας ελέγχου βρίσκονται σε αντιστοιχία με τις απαντήσεις της ομάδας παρέμβασης.**

Οι σημαντικότερες διαφοροποιήσεις αφορούν το ποσοστό των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως (9,70% στην ομάδα παρέμβασης έναντι 3,32% στην ομάδα ελέγχου), στοιχείο που ενδεχομένως μπορεί να αποδοθεί στη συμμετοχή των παιδιών της ομάδας παρέμβασης σε προγενέστερες υλοποιήσεις του προγράμματος.

Πίνακας Δ.22 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	0,99%	0,85%	14,29%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	41,49%	45,72%	34,47%
5-6 φορές την εβδομάδα	16,52%	20,14%	8,74%
Καθημερινά	40,99%	33,29%	42,50%

Πίνακας Δ.23 Ποσότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	2,34%	2,41%	26,01%
1 μερίδα / ημέρα	57,41%	55,70%	59,60%
2 μερίδες / ημέρα	25,87%	28,66%	10,13%
3-4 μερίδες / ημέρα	11,91%	8,21%	1,91%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	2,48%	5,02%	2,34%

Πίνακας Δ.24 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα
Ποτέ	1,37%	6,92%	5,87%
Μέχρι 4 φορές την εβδομάδα	42,73%	50,32%	26,61%
5-6 φορές την εβδομάδα	24,22%	18,84%	14,66%
Καθημερινά	31,67%	23,91%	52,86%

Πίνακας Δ.25 Ποσότητα κατανάλωσης παιδιών

	Φρούτα	Λαχανικά	Γάλα το πρωί
Καθόλου	1,64%	7,87%	9,63%
1 μερίδα / ημέρα	58,70%	68,46%	56,94%
2 μερίδες / ημέρα	32,88%	19,49%	27,76%
3-4 μερίδες / ημέρα	3,92%	3,40%	3,33%
5 ή περισσότερες μερίδες / ημέρα	2,85%	0,78%	2,34%

Πίνακας Δ.26 Συχνότητα Αγοράς

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Σπανιότερα από 1 φορά το μήνα	0,00%	2,29%
1-2 φορές το μήνα	10,67%	4,22%
3-4 φορές το μήνα	21,91%	14,37%
Περισσότερες από 1 φορά την εβδομάδα	57,97%	61,69%
Καθημερινά	9,46%	17,44%



Πίνακας Δ.27 Κολατσιό στο σχολείο

Φρούτα	41,36%
Σαλάτα ή σάντουιτς πλούσιο σε λαχανικά	32,20%
Γάλα λευκό	1,50%
Άλλο	23,91%
Τίποτε	1,03%

Πίνακας Δ.28 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	3,56%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	53,45%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	31,60%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	3,91%
Δεν γνωρίζω	7,47%

Πίνακας Δ.29 Εκτίμηση γονέων και κηδεμόνων αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα γαλακτοκομικών που θα πρέπει να καταναλώνεται από ένα παιδί

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	3,77%
1-2 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	66,98%
3-4 μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	14,73%
5 ή περισσότερες μερίδες γαλακτοκομικών ημερησίως	6,76%
Δεν γνωρίζω	7,76%

Πίνακας Δ.30 Συχνότητα κατανάλωσης γονέων και κηδεμόνων γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	62,82%
1-2 φορές την εβδομάδα	29,91%
3-4 φορές την εβδομάδα	5,70%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	1,57%

Πίνακας Δ.31 Συχνότητα κατανάλωσης παιδιών γρήγορου / πρόχειρου φαγητού (σουβλάκια, πίτσες, μπέργκερ, σφολιατοειδή, αναψυκτικά κ.λπ.)

Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα	55,89%
1-2 φορές την εβδομάδα	38,12%
3-4 φορές την εβδομάδα	4,64%
5 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα	1,36%



Πίνακας Δ.32 Καθημερινή κατανάλωση τουλάχιστον μίας μερίδας από τα παιδιά

Μήλο	15,16%	Πιπεριά	4,31%
Αγγούρι	14,10%	Καρύδι	3,66%
Μπανάνα	10,77%	Γκρέιπ-φρουτ	3,16%
Πορτοκάλι	10,76%	Σταφίδα	2,84%
Καρπούζι	10,62%	Αχλάδι	2,70%
Κεράσι	10,57%	Μελιτζάνα	2,52%
Καρότο	9,53%	Κολοκυθάκι	2,20%
Κρεμμύδι	8,58%	Αμύγδαλο	2,19%
Λεμόνι	8,36%	Κάστανο	2,08%
Ντομάτα	7,91%	Σέλινο	2,08%
Μανταρίνι	6,27%	Φασολάκι	1,93%
Ροδάκινο	6,16%	Κουνουπίδι	1,63%
Σταφύλι	5,58%	Σύκο	1,55%
Φράουλα	5,42%	Ανανάς	1,40%
Παντζάρι	5,18%	Βλίτα	0,82%
Πεπόνι	5,16%	Αρακάς	0,81%
Μπρόκολο	4,93%	Ακτινίδιο	0,74%
Βερύκοκο	4,86%	Αβοκάντο	0,74%
Μαρούλι	4,63%	Σπανάκι	0,59%
Λάχανο	4,40%	Αγκινάρα	0,00%

Πίνακας Δ.33 Αρέσκεια κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	90,05%	88,97%
Όχι	9,95%	11,03%

Πίνακας Δ.34 Επιθυμία περισσότερης κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Ναι	39,27%	26,98%
Όχι	60,73%	73,02%

Πίνακας Δ.35 Κύριο λόγοι κατανάλωσης (παιδιά)

	Φρούτα&Λαχανικά	Γάλα
Για λόγους προτίμησης / γεύσης	48,55%	57,68%
Για λόγους υγείας (π.χ. θεωρούν ότι κάνουν καλό στην υγεία τους)	38,33%	34,80%
Για κοινωνικούς λόγους (π.χ. μιμούνται τους συμμαθητές τους)	5,06%	3,95%
Για οικογενειακούς λόγους (π.χ. επιβάλλονται από την οικογένεια)	7,80%	3,01%
Για άλλους λόγους:	0,26%	0,56%

Πίνακας Δ.36 Προτίμηση τρόπου κατανάλωσης (παιδιά)

Καθαρισμένα και τεμαχισμένα	51,46%
Σε χυμό	23,80%
Ολόκληρα, πλυμένα και συσκευασμένα	22,30%
Αποξηραμένα	2,45%

Πίνακας Δ.37 Πλήθος φρούτων και λαχανικών που αναγνωρίζουν τα παιδιά

	Φρούτα	Λαχανικά
0 έως 5	2,61%	9,49%
6 έως 10	14,79%	19,53%
11 έως 15	14,04%	14,01%
16 έως 20	26,29%	22,21%
Πάνω από 20	42,27%	34,76%



Πίνακας Δ.38 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το πώς παράγεται το γάλα και το τυρί

Ναι	96,27%
Όχι	3,73%

Πίνακας Δ.39 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την ύπαρξη των βιολογικών προϊόντων

Ναι	88,68%
Όχι	11,32%

Πίνακας Δ.40 Γνώση των παιδιών αναφορικά με το ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία

Ναι	95,26%
Όχι	4,74%

Πίνακας Δ.41 Εκτίμηση παιδιών αναφορικά με τη συνιστώμενη ποσότητα φρούτων και λαχανικών

Καθόλου ή λιγότερο από 1 μερίδα ημερησίως	5,27%
1-2 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	60,55%
3-4 μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	24,07%
5 ή περισσότερες μερίδες φρούτων και λαχανικών ημερησίως	4,53%
Δεν γνωρίζει	5,57%

Πίνακας Δ.42 Γνώση των παιδιών αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής

Ναι	89,09%
Όχι	10,91%



Τιμές των δεικτών αξιολόγησης κατά τον Απρίλιο του 2022

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζονται οι τιμές των δεικτών που χρησιμοποιήθηκαν για την αξιολόγηση του προγράμματος, όπως αυτές μετρήθηκαν τον Απρίλιο του 2022.

Μεταβλητές δεικτών αξιολόγησης	Τιμή Βάσης Ομάδας Παρέμβασης	Τιμή Βάσης Ομάδας Ελέγχου
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων ημερησίως	41,01%	39,66%
% των μαθητών που καταναλώνουν τουλάχιστον 1 μερίδα γάλακτος στο πρωινό τους	84,16%	90,37%
% των μαθητών που καταναλώνουν καθημερινά λαχανικά	27,76%	23,91%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 5 ή περισσότερων μερίδων φρούτων και λαχανικών ημερησίως	9,70%	3,32%
% των παιδιών που ικανοποιούν τη συνιστώμενη πρόσληψη 3-4 μερίδων γαλακτοκομικών ημερησίως	3,28%	3,33%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 φρούτα	81,23%	82,60%
% των παιδιών που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν πάνω από 10 λαχανικά	68,61%	70,98%
% των μαθητών που γνωρίζουν τον κύκλο παραγωγής του γάλακτος και του τυριού	96,25%	96,27%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με τα βιολογικά προϊόντα	85,77%	88,68%
% των μαθητών που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν ημερησίως	5,27%	4,53%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες φρούτων και λαχανικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	5,27%	3,91%
% των γονέων/κηδεμόνων που γνωρίζουν πόσες μερίδες γαλακτοκομικών θα πρέπει να καταναλώνουν οι μαθητές ημερησίως	13,13%	14,73%
% των μαθητών που γνωρίζουν αναφορικά με την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής	88,57%	89,09%
% των μαθητών που γνωρίζουν ότι τρόφιμα πλούσια σε πρόσθετο αλάτι, λίπος και ζάχαρη προκαλούν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία	96,47%	95,26%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν φρούτα και λαχανικά	90,87%	90,05%
10 δημοφιλέστερα φρούτα και λαχανικά	Μήλο, Πορτοκάλι Μπανάνα, Καρπούζι Φράουλα, Ντομάτα Κρεμμύδι, Αγγούρι Ροδάκινο, Σταφύλι	Μήλο, Αγγούρι, Μπανάνα, Πορτοκάλι Καρπούζι, Κεράσι, Καρότο, Κρεμμύδι, Λεμόνι, Ντομάτα
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν γάλα	85,26%	88,97%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά	41,45%	39,27%
% των μαθητών που τους αρέσει να καταναλώνουν περισσότερο γάλα	31,88%	26,98%