

# ΔΗΜΟΣ ΑΛΜΩΠΙΑΣ

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Αριδαία 23/03/2026

**Θέμα: «Εβδομάδα Υγείας 2026» στον Δήμο Αλμωπίας – Ένα πλούσιο πρόγραμμα δράσεων για την πρόληψη και την ευεξία**

Το ΚΕΠ Υγείας και ο Δήμος Αλμωπίας, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Υγείας, διοργανώνει την «**Εβδομάδα Υγείας 2026**» από τις **30 Μαρτίου έως τις 3 Απριλίου 2026**. Πρόκειται για μια σειρά δράσεων ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης που απευθύνονται σε όλους τους πολίτες και τη μαθητική κοινότητα, με στόχο την προαγωγή υγιεινών συνηθειών και την πρόληψη.

### Πρόγραμμα Εκδηλώσεων

#### **Δευτέρα 30 Μαρτίου: Ενημέρωση στα Σχολεία**

- **09:45 – 11:30:** Γυμνάσιο Πολυκάρπης
- **12:00 – 13:30:** Γυμνάσιο Προμάχων
  - Ενημέρωση για την εθελοντική αιμοδοσία από τον σύλλογο «Προσφορά Ζωής».
  - Συζήτηση για την ψυχική ανθεκτικότητα με τον σύλλογο ΠΑΝΘΕ.
  - Ομιλίες για τη στοματική υγιεινή από τον Οδοντιατρικό Σύλλογο Πέλλας .
  - Ενημέρωση για τη βασική υποστήριξη ζωής από το “Kids save lives”.
  -

#### **Τρίτη 31 Μαρτίου: Φεστιβάλ Υγείας στον Εξαπλάτανο**

- **10:00 – 13:30:** Κεντρική Πλατεία Εξαπλατάνου (σε συνεργασία με τον σύλλογο «Μενέλαος Λουντέμης»)
  - Ενημερωτικά περίπτερα από το ΚΕΠ Υγείας, Κέντρο Υγείας Αριδαίας, το Κέντρο Κοινότητας και το πρόγραμμα «Βοήθεια στο Σπίτι», σύλλογο ΠΑΝΘΕ.
  - Λήψη δείγματος μυελού των οστών από τον σύλλογο «Προσφορά Ζωής».

- ο Συμμετοχή του Λυκείου Εξαπλατάνου με το σχέδιο εθελοντισμού αιμοδοσίας.

### **Τετάρτη 1 Απριλίου: Άθληση και Υγεία**

- **10:00:** Ξενιτίδειο Πνευματικό Κέντρο – Ομιλία για τη σωστή στάση σώματος στην εφηβεία από τον ορθοπαιδικό Δημήτρη Κοτζαμητέλο και τον φυσιοθεραπευτή Άλκη Πανταζή.
- **16:30:** **«Φοράω τα αθλητικά μου – αλλάζω τρόπο ζωής».**
- Ανοιχτή πρόσκληση προς όλους τους αθλητικούς συλλόγους του δήμου Αλμωπίας για τη συμμετοχή τους στην εβδομάδα υγείας, φέρνοντας τους αθλητές τους στο χώρο του δημαρχείου αλλά και παρουσιάζοντας τη φιλοσοφία των αθλημάτων τους και δίνοντας πληροφορίες για τη λειτουργία αυτών (τόπος, ημέρες και ωράρια λειτουργίας, προπονητές, εκδηλώσεις κλπ).
- Ανοιχτή πρόσκληση στους δημότες της Αλμωπίας για συμμετοχή στην πεζοπορία.
- Πεζοπορία από το Δημαρχείο έως το Δημοτικό Στάδιο Αριδαίας και συμμετοχή σε αθλοπαιδιές (βόλεϊ, τένις, μπάσκετ, ποδόσφαιρο, ρυθμική γυμναστική).,
- Κάλυψη της αθλητικής δράσης με φορητό απινιδωτή από το “Kids save lives”.

### **Πέμπτη 2 Απριλίου: Φεστιβάλ Υγείας στην Αριδαία**

- **10:00 – 13:30:** Κεντρική Πλατεία Αριδαίας.
  - ο Ενημερωτικά περίπτερα από το ΚΕΠ Υγείας, Κέντρο Υγείας Αριδαίας, το Κέντρο Κοινότητας και το πρόγραμμα «Βοήθεια στο Σπίτι», σύλλογο ΠΑΝΘΕ, Κέντρο πρόληψης Όραμα, Οδοντιατρικός Σύλλογος Πέλλας.
  - ο Ενημέρωση για Πρώτες Βοήθειες από το **EKAB**.

### **Παρασκευή 3 Απριλίου: Ημέρα Ενημέρωσης και Ευαισθητοποίησης**

- **10:00:** Ξενοτίδειο Πνευματικό Κέντρο – Ομιλία για μαθητές από την ιατρό Σοφία Ερυθροπούλου με τίτλο «*Είσαι ό,τι επιλέγεις να ζήσεις σήμερα. Η υγεία μέσα από την καθημερινότητα στην εφηβική ηλικία*» και την ιατρό Μαρίνα Οικονόμου (Δωρεά Οργάνων).
- **12:00** Γυμνάσιο Φούστανης - Ομιλία για μαθητές από την ιατρό Σοφία Ερυθροπούλου με τίτλο «*Είσαι ό,τι επιλέγεις να ζήσεις σήμερα. Η υγεία μέσα από την καθημερινότητα στην εφηβική ηλικία*» και την ιατρό Μαρίνα Οικονόμου (Δωρεά Οργάνων).
- **18:00:** Ξενοτίδειο Πνευματικό Κέντρο – **Ανοιχτή ομιλία για το κοινό** με τίτλο **“Μα που να πω τον πόνο μου;”**
  - «Αλγολογία: η ιατρική του πόνου» με κεντρική ομιλήτρια την ιατρό Σοφία Ερυθροπούλου.
  - Ενημέρωση από τον Οδοντιατρικό Σύλλογο Πέλλας για τη σύνδεση της στοματικής υγείας με σοβαρές παθήσεις.

Σας περιμένουμε όλους να συμμετάσχετε ενεργά και να επενδύσουμε μαζί στο πολυτιμότερο αγαθό: την υγεία μας.

*Με εκτίμηση, οι αντιδήμαρχοι*

*Όλγα Π. Ολλανδέζου (6937178500)*

*Γιώργος Φ. Χατζηδημητριάδης (6972231030)*

*Τηλ. Επικοινωνίας ΚΕΠ Υγείας Δ. Αλμωπίας: 2384023334, 2384022170*