



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

7^η ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Πληροφορίες: Γαρεδάκη Εύη

Τηλ. επικ. 2813404429

Ταχ. Δ/ση : 3^ο χλμ Ηρακλείου-Μοιρών,

Εσταυρωμένος, ΤΚ 71500,

Ηράκλειο Κρήτης, Τ.Θ. 1285

E-mail dimosiaygeia@hc-crete.gr

ΠΡΟΣ

ΜΜΕ

Ηράκλειο, 29.09.2026

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Η παχυσαρκία αποτελεί ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα δημόσιας υγείας, με σοβαρές ιατρικές, κοινωνικές και οικονομικές προεκτάσεις. Περιλαμβάνεται στη Διεθνή Κατάταξη Παθήσεων (International Classification of Diseases – ICD) του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, ο οποίος την αναγνωρίζει επίσημα ως νόσημα, με σοβαρές επιπλοκές όπως, διαβήτης τύπου 2, καρδιαγγειακά νοσήματα και υπέρταση. Η αντιμετώπιση της, περιλαμβάνει αλλαγές στον τρόπο ζωής, διατροφή, άσκηση και σε σοβαρές περιπτώσεις, χειρουργικές επεμβάσεις.

Η Ελλάδα κατέχει υψηλά ποσοστά παχυσαρκίας, τόσο σε ενήλικες όσο και σε παιδιά, αναδεικνύοντας την ανάγκη για πρόληψη, ενημέρωση και παρακίνηση των πολιτών.

Στο πλαίσιο αυτό, η 7^η Υγειονομική Περιφέρεια Κρήτης, ο Πανελλήνιος Σύλλογος Στήριξης Ατόμων με Παχυσαρκία **Ιμερόεσσα** - Επίσημος Φορέας Αντιμετώπισης της Παχυσαρκίας, με τη συνεργασία Δήμων, Αθλητικών Συλλόγων και φορέων των 4 μεγάλων πόλεων της Κρήτης, διοργανώνουν δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, που απευθύνονται σε παιδιά και ενήλικους. Στόχος η ενίσχυση ενημέρωσης της τοπικής κοινωνίας σχετικά με τη σημασία της πρόληψης, της υγιεινής διατροφής και της σωματικής δραστηριότητας για την πρόληψη και αντιμετώπιση της νόσου.

Εκδηλώσεις για την Παχυσαρκία στα Χανιά

Τετάρτη 7 Οκτωβρίου 2026

Η 7η Υγειονομική Περιφέρεια Κρήτης, ο Πανελλήνιος Σύλλογος Στήριξης Ατόμων με Παχυσαρκία **Ιμερόεσσα** - Επίσημος Φορέας Αντιμετώπισης της Παχυσαρκίας και ο Δήμος Χανίων διοργανώνουν δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των πολιτών στα Χανιά για την παχυσαρκία.

Οι εκδηλώσεις έχουν ως τίτλο: «*Ας Μοιραστούμε το Βάρος*» και θα πραγματοποιηθούν πρωί και απόγευμα **την Τετάρτη 7 Οκτωβρίου 2026**, σύμφωνα με το ακόλουθο πρόγραμμα:

➤ **11.00 π.μ. -13.00 μ.μ. :** *«Άσκηση κλειδί για τον έλεγχο του βάρους»*

Ο Όμιλος Αντισφαίρισης Χανίων (ΟΑΧ) και οι διοργανωτές προσκαλούν πολίτες κάθε ηλικίας, παιδιά και μαθητές σχολείων να συμμετάσχουν ενεργά σε αθλητικές δραστηριότητες **στον εξωτερικό χώρο του ΚΑΜ στην Πλ. Κατεχάκη**, προάγοντας τη διασκέδαση μέσα από την κίνηση.

Παράλληλη δράση: *"Γευστικές δοκιμές και γνωριμία με υγιεινές επιλογές"* με την υποστήριξη των επιχειρήσεων Χανίων: Ι. Κοκολογιάννης & ΣΙΑ Ο.Ε. και Πλανάκης Market snak & coffe .

➤ **17.30-20.30,** *«Ας Μοιραστούμε το Βάρος» Εσπερίδα στο Μεγάλο Αρσενάλι.*

Ειδικοί επιστήμονες θα αναλύσουν το φαινόμενο της παχυσαρκίας, τις επιπτώσεις της και σύγχρονες μεθόδους για την πρόληψη, αντιμετώπιση και την καταπολέμησή της και θα αναφερθούν στις συνοσηρότητες της, επισημαίνοντας τη σημασία της άσκησης στη ρύθμιση του σωματικού βάρους και της παχυσαρκίας. Το κοινό θα απευθύνει με την σειρά του τις δικές του ερωτήσεις στο πάνελ των ομιλητών. Στους συμμετέχοντες στην εσπερίδα θα δοθεί βεβαίωση παρακολούθησης.

Οι δράσεις στοχεύουν στην ενημέρωση για την πρόληψη και την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας και την ανάδειξη της κίνησης ως μέσο επίτευξης της ευεξίας και μιας πιο υγιούς ζωής

και απευθύνονται σε όλους, μαθητές και ενήλικες ή μικρούς και μεγάλους.

Σας Προσκαλούμε να συμμετέχετε με την οικογένειά σας!