

## Χρήσιμα φιλμάκια για το μάθημα της Οικιακής Οικονομίας - Αγωγής Υγείας

### **ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

Χοληστερόλη, ένας μεγάλος κίνδυνος για την υγεία

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4735/243/>

Τα δημητριακά στη διατροφή μας

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4732/243/>

Τσάι και υγεία

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4733/243/>

Μερίδες. Το μέγεθος ...μετράει

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4734/243/>

Τι τρώνε οι παίκτες του Mundial

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4493/243/>

Πρωινό γεύμα. Εγγύηση για ενέργεια και πνευματική απόδοση στα παιδιά.

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4306/243/>

Η θρεπτική αξία των φυτικών ινών

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4107/243/>

Τρόποι αύξησης της πρόσληψης φυτικών ινών

<http://www.mednutrition.gr/content/view/4106/243/>

Τροφικές αλλεργίες

<http://www.mednutrition.gr/content/view/3797/243/>

Τι να προσέχουμε στις ετικέτες των τροφίμων;

<http://www.mednutrition.gr/content/view/3391/243/>

Πώς αντιμετωπίζεται η υπέρταση μέσω της διατροφής;

<http://www.mednutrition.gr/content/view/3259/243/>

Η θρεπτική αξία του καφέ

<http://www.mednutrition.gr/content/view/3124/243/>

Διακοπή καπνίσματος και προσθήκη βάρους

<http://www.mednutrition.gr/content/view/2918/243/>

Πώς να αποθηκεύουμε τα τρόφιμα στο σπίτι μας;  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/2564/243/>

Πώς πρέπει να είναι η διατροφή της εγκύου;  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/2398/243/>

Το κρασί στην υπηρεσία της υγείας μας  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/2295/243/>

Πόσο αναγκαία είναι τα λιπαρά στη διατροφή μας;  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/2114/243/>

Μύθοι και αλήθειες για τη διατροφή μας.  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1826/243/>

Λίγα λόγια με θρεπτική αξία για το παγωτό  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1753/243/>

Πώς θα... φάτε την κυτταρίτιδα  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1656/243/>

Τροφές βοηθοί για τις εξετάσεις  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1589/243/>

Βραδινή Υπερφαγία  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1408/243/>

Τα θαλασσινά στη νηστεία  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1384/243/>

Η διατροφική αξία της νηστείας  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1353/243/>

Θρεπτική αξία του κρέατος  
<http://www.mednutrition.gr/content/view/1354/243/>

Πώς το φαγητό στις διαφημίσεις φαίνεται τέλειο.  
<http://www.youtube.com/watch?v=AefTMrZ7o4Y>

**ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΥΖΙΝΑ**

<http://www.youtube.com/watch?v=975nPJqqOZw>

[http://www.youtube.com/watch?v=FMvyYyGdr\\_A](http://www.youtube.com/watch?v=FMvyYyGdr_A)

<http://www.youtube.com/watch?v=2G0m6pmw4cc&feature=related>

[http://www.youtube.com/watch?v=4M\\_rDWdtzus](http://www.youtube.com/watch?v=4M_rDWdtzus)

[http://www.youtube.com/watch?v=QC9nVO\\_zROA&playnext=1&list=PLBA3E2E70E3E0E724](http://www.youtube.com/watch?v=QC9nVO_zROA&playnext=1&list=PLBA3E2E70E3E0E724)

<http://www.youtube.com/watch?v=DizdkUayQBw>

## **ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ**

### **Ανορεξία**

<http://www.youtube.com/watch?v=VS2mfWDryPE&feature=related>

[http://www.edutv.gr/index.php?option=com\\_content&task=view&id=254&Itemid=169](http://www.edutv.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=254&Itemid=169)

### **Βουλιμία**

[http://www.edutv.gr/index.php?option=com\\_content&task=view&id=257&Itemid=169](http://www.edutv.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=257&Itemid=169)

### **Διαφήμιση κατά της Ανορεξίας**

<http://www.youtube.com/watch?v=94c43AlwLKo>

<http://www.youtube.com/watch?v=dIY5mHRvUEc>

<http://www.youtube.com/watch?v=jh5JPEm0GMc&NR=1>

<http://www.youtube.com/watch?v=Ggb5KJlofcw&feature=related>

### **Πρότυπα Μοντέλων**

<http://www.youtube.com/watch?v=pcFlxSIOKNI>

<http://www.youtube.com/watch?v=fHX6frPHpQo>

Θετική Εικόνα για τον Εαυτό μας

<http://www.youtube.com/watch?v=lnOSZX4tpOA>

<http://www.youtube.com/watch?v=3iENFuUAWVc>

### **Παχυσαρκία**

<http://www.youtube.com/watch?v=cNATWsVVwgo>

<http://www.youtube.com/watch?v=AkvdEoM4Uqs>

[http://www.edutv.gr/index.php?option=com\\_content&task=view&id=1202&Itemid=169](http://www.edutv.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=1202&Itemid=169)

## **ΕΦΗΒΕΙΑ**

### **Εφηβεία – Αλλαγές**

<http://www.youtube.com/watch?v=aTY52flChKs>

### **Κάπνισμα**

<http://www.koutipandoras.gr/?p=331>

[http://www.edutv.gr/index.php?option=com\\_content&task=view&id=243&Itemid=169](http://www.edutv.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=243&Itemid=169)

### **Αλκοόλ**

[http://www.edutv.gr/index.php?option=com\\_content&task=view&id=239&Itemid=169](http://www.edutv.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=239&Itemid=169)

### **Ναρκωτικά – Εκπαιδευτική Τηλεόραση**

[http://www.edutv.gr/index.php?option=com\\_content&task=view&id=397&Itemid=169](http://www.edutv.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=397&Itemid=169)

[http://www.edutv.gr/index.php?option=com\\_content&task=view&id=395&Itemid=169](http://www.edutv.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=395&Itemid=169)

### **Έφηβοι και σεξουαλική υγεία. Εκπομπή: Με αγάπη**

[http://webtv.antenna.gr/webtv/watch?cid=f\\_i\\_k7t2s\\_g\\_s2\\_e%3D](http://webtv.antenna.gr/webtv/watch?cid=f_i_k7t2s_g_s2_e%3D)

### **Έφηβοι, σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα. Εκπομπή: Υγεία για όλους**

<http://www.ert-archives.gr/V3/public/pop-view.aspx?tid=27169&tsz=0&act=mMainView>

### **Φιλία**

<http://www.youtube.com/watch?v=INbTThtGNuA&feature=related>

### **Σχέσεις Γονιών – Εφήβων**

<http://www.moec.gov.cy/filmakia/index.html>

### **Δικαιώματα Παιδιών**

<http://www.youtube.com/watch?v=OtnkBCqjZAI>

### **Βία στην οικογένεια**

<http://www.youtube.com/watch?v=woG5f2al4GE>

<http://www.youtube.com/watch?v=-3cn-N-EjfA>

<http://www.youtube.com/watch?v=5pLT46h6Riw>

[http://www.police.gov.cy/police/police.nsf/All/72266E7963BC13B3C225774C003B4AB8/\\$file/VTS\\_01\\_1.swf](http://www.police.gov.cy/police/police.nsf/All/72266E7963BC13B3C225774C003B4AB8/$file/VTS_01_1.swf)

## **ΘΕΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ**

### **Η υγεία είναι δικαίωμα**

<http://www.youtube.com/watch?v=QS2kK5ih9jl&feature=related>

### **Καρδιαγγειακό Σύστημα**

[http://www.thevisualmd.com/health\\_centers/cardiovascular\\_health/cardiovascular\\_continuum](http://www.thevisualmd.com/health_centers/cardiovascular_health/cardiovascular_continuum)

### **Διαβήτης εμβολιασμός παιδιών ενηλίκων.** Εκπομπή: Υγεία για όλους

<http://www.ert-archives.gr/V3/public/pop-view.aspx?tid=27168&tsz=0&act=mMainView>

### **Διατροφικοί κίνδυνοι- Κάπνισμα.** Εκπομπή Υγεία για όλους

<http://www.ert-archives.gr/V3/public/pop-view.aspx?tid=27164&tsz=0&act=mMainView>

### **Ασβέστιο και Υγεία Οστών**

[http://www.thevisualmd.com/interactives\\_library/child\\_health/infant\\_nutrition/calcium\\_and\\_bonehealth](http://www.thevisualmd.com/interactives_library/child_health/infant_nutrition/calcium_and_bonehealth)

### **Χοληστερόλη και Αθηροσκλήρωση**

[http://www.thevisualmd.com/health\\_centers/cardiovascular\\_health/cholesterol\\_and\\_atherosclerosis/see\\_cholesterol\\_atherosclerosis\\_video](http://www.thevisualmd.com/health_centers/cardiovascular_health/cholesterol_and_atherosclerosis/see_cholesterol_atherosclerosis_video)

### **Υπέρταση**

[http://www.thevisualmd.com/health\\_centers/cardiovascular\\_health/hypertension/what\\_is\\_hypertension\\_video](http://www.thevisualmd.com/health_centers/cardiovascular_health/hypertension/what_is_hypertension_video)

## **ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ**

[http://www.youtube.com/watch?v=f-5Nevflvbl&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=f-5Nevflvbl&feature=player_embedded)

## **ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ**

[http://www.youtube.com/watch?v=MW46cu0UM8&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=MW46cu0UM8&feature=player_embedded)

## **ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΚΗ ΑΓΩΓΗ**

[http://www.youtube.com/watch?v=nI9\\_BTm41MI](http://www.youtube.com/watch?v=nI9_BTm41MI)

<http://www.youtube.com/watch?v=MgU2qOaVCdw>

<http://www.youtube.com/watch?v=Mg46bpHq1kg&feature=related>

<http://www.youtube.com/watch?v=2KYuy0bad6c&feature=related>

## **ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ ΦΙΛΜΑΚΙΑ**

Η ζωή έχει χρώμα.

<http://www.youtube.com/watch?v=ykl6NfBivD8>

Η Τελευταία Ομιλία (Ράντυ Πάους)

<http://www.youtube.com/watch?v=LM3Ci45lv-8&sns=em>

No arms , no legs , no worries - Μια συγκλονιστική ιστορία

<http://www.youtube.com/watch?v=ciYk-UwqFKA>

<http://www.youtube.com/watch?v=3mtzWtqt0m8&feature=related>

Ταινία μικρού μήκους για την πείνα: Food, Taste & Hunger

<http://www.youtube.com/watch?v=flWWnbGJPFs>

Για τον καρκίνο

[http://www.youtube.com/watch?v=T\\_i34m981-Y](http://www.youtube.com/watch?v=T_i34m981-Y)

Μίμηση παιδιών – Make your influence positive

<http://www.youtube.com/watch?v=ZHCuA0KnITY>

Σεβασμός τρίτης ηλικίας

<http://www.youtube.com/watch?v=mNK6h1dfy2o>

## **ΕΙΣΗΓΗΤΕΣ:**

Ομάδα Υποστηρικτών των Αναλυτικών Προγραμμάτων Οικιακής Οικονομίας- Αγωγής Υγείας  
Καθηγήτριες Οικιακής Οικονομίας – Αγωγής Υγείας: Δανιήλ Πέτρη, Καρεκλά Κατερίνα

