**ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΜΕ ΤΗΝ CO2GETHER**

Η νοσηλευτική είναι η επιστήμη όπου δεν περιορίζεται μόνο στον κλινικό χώρο, αλλά επεκτείνεται και στην κοινότητα προάγοντας την υγεία και συμβάλλοντας σε ένα καλύτερο αύριο!

Ο τομέας φοιτητών λοιπόν είναι ενεργός εθελοντής και υποστηρικτής στις δράσεις που πραγματοποιεί η Αστική Μη Κυβερνητική εταιρεία [Co2gether](https://co2gether.gr/en/), ένας οργανισμός όπου έχει ως στόχο την κοινωνική ευεξία της τρίτης ηλικίας και σκοπό μια ισότιμη κοινωνία. Ο στόχος αυτός επιτυγχάνεται με διάφορες υπηρεσίες που έχει αναλάβει η Co2gether με μία από αυτές να αποτελεί το ‘Καλάθι Μεσογειακής Διατροφής Ηλικιωμένων’. Το καλάθι αυτό δίνεται μηνιαίως σε 80 ηλικιωμένους άπορους απομακρυσμένων περιοχών της Δυτικής Ελλάδας.

Καλούμε όλους τους φοιτητές νοσηλευτικής που επιθυμούν αλλά και όλους όσους ενδιαφέρονται, να συμβάλλουν στην φροντίδα των ηλικιωμένων μέσω της δράσης αυτής, συλλέγοντας τα απαραίτητα τρόφιμα που αναγράφονται παρακάτω. Η συλλογή των τροφίμων είναι επιλεκτική καθώς θα καλυφθούν συγκεκριμένες διατροφικές ανάγκες των ηλικιωμένων που το έχουν ανάγκη. Το Καλάθι περιέχει προϊόντα υψηλής διατροφικής αξίας και συμβάλει στη βελτίωση της καθημερινής διατροφής των ατόμων της τρίτης ηλικίας καθώς και της σωματικής/ψυχικής υγείας τους.

Η αποστολή αυτή θα λάβει δράση **στις 1-2 Οκτωβρίου** στα τμήματα νοσηλευτικής των Πανεπιστημίων που αναγράφονται παρακάτω:

1. ΕΚΠΑ: Παπαδιαμαντοπούλου 123, έξω από το αμφιθέατρο 1ου ορόφου, Αθήνα
2. ΠΑΔΑ
3. ΔΙΠΑΕ: Κεντρικός Διάδρομος, Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη, Σίνδος Θες/νίκης
4. **ΠΑΤΡΩΝ : Κεντρικός διάδρομος Ισογείου Κτιρίου Νοσηλευτικής, Νικολάου Γύζη 4, Πάτρα**
5. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
6. ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ: ΓΑΙΟΠΟΛΙΣ Περ/κή οδός Λάρισας Τρικάλων
7. ΚΡΗΤΗΣ
8. ΤΡΙΠΟΛΗΣ: Παναρκαδικό Νοσοκομείο Τρίπολης, Τέρμα Ερυθρού Σταυρού (Διοικητικές υπηρεσίες)

Στους χώρους αυτούς θα υπάρχουν stands που θα λειτουργήσουν **Τρίτη 01/10 10:00- 13:00 και Τετάρτη 02/10 14:00 -17:00**, όπου θα γίνει η συλλογή των τροφίμων.

\*Όσοι το επιθυμούν μπορούν να συμμετέχουν μαζί με την Co2gether στην κατ’ οίκον παράδοση των τροφίμων αυτών, στην Αθήνα και σε γειτονικές περιοχές της Πάτρας. Πρόκειται για μία ξεχωριστή εμπειρία όπου αξίζει να βιώσει ένας εθελοντής, καθώς θα έρθει σε επαφή με την αλληλεγγύη και το αίσθημα της προσφοράς. Επιπλέον, θα γνωρίσει καλύτερα την Co2gether και τον σκοπό της, συνεπάγοντας σε δημόσιες σχέσεις και μελλοντικές συνεργασίες.

Θα δοθεί πιστοποίηση συμμετοχής.

Για οποιαδήποτε διευκρίνηση η απορία, επικοινωνήστε μέσω αυτού του email: [daphnias656@gmail.com](mailto:daphnias656@gmail.com)

Τα τρόφιμα τα οποία περιέχονται στο Καλάθι είναι τα παρακάτω:

-Φρυγανιές ολικής 500γρ -Κεφτεδάκια κονσέρβα 280γρ

-Αλεύρι 1kg -Ντολμαδάκια Γιαλατζί 280gr

-Τοματοχυμός 500gr -Μέλι Ανθέων 500γρ

-Εβαπορέ γάλα 410gr -Ελιές χωρίς κουκούτσι 180γρ

-Μακαρόνια ολικής 500γρ -Ελαιόλαδο 1lt

-Φακές 500gr -Παντζάρια σε άλμη (βάζο 700γρ )

-Ρύζι 500γρ -Κομπόστα κοκτέιλ φρούτων 820 γρ.

-Φασόλια 500γρ -Χυλοπίτες Χωριάτικες 500 γρ

-Άνθος Αραβοσίτου 160γρ -Τουρσί πιπεριές κόκκινες 250 γρ.

-Χυμός πορτοκάλι 1lt -Φυστικοβούτυρο 370 γρ.

-Γαύρος κονσέρβα σε λάδι 100 γρ -Αποξηραμένα δαμάσκηνα χ. ζαχ. 250 γρ

-Σαρδέλες κονσέρβα σε λάδι 100 γρ.

Ενδεικτική λίστα για το Collect:

-Φρυγανιές ολικής 500γρ

-Αλεύρι 1kg

-Τοματοχυμός 500gr

-Εβαπορέ γάλα 410gr

-Μακαρόνια ολικής 500γρ

-Φακές 500gr

-Φασόλια 500γρ

-Ρύζι 500γρ

-Γαύρος κονσέρβα σε λάδι 100 γρ

-Σαρδέλες κονσέρβα σε λάδι 100 γρ.

-Κεφτεδάκια κονσέρβα 280γρ

-Ντολμαδάκια Γιαλατζί 280gr

Φυσικά, όποιος επιθυμεί μπορεί να προσφέρει και τρόφιμα της γενικής λίστας.