



Περιεχόμενα

| | | | |
|-----------------------------|-----|------------------|-----|
| Πρόλογος..... | xix | Ευχαριστίες..... | xxv |
| Νέα σε αυτή την έκδοση..... | xxi | | |

ΜΕΡΟΣ Ι ■ ΣΥΝΔΕΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΡΕΥΝΑ, ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗ: ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ

| | | | |
|--|----|--|----|
| 1 Διατροφική Αγωγή: Σημαντική, Συναρπαστική και Απαραίτητη για τον Σημερινό Σύνθετο Κόσμο | 22 | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | 47 |
| Εισαγωγή..... | 23 | Βιβλιογραφία..... | 47 |
| Γιατί Χρειάζεται η Διατροφική Αγωγή; | 23 | 2 Καθοριστικοί Παράγοντες στη Επιλογή των Τροφίμων και των Διατροφικών Αλλαγών: Επιπτώσεις στη Διατροφική Αγωγή | 50 |
| Η Πρόκληση της Εκπαίδευσης των Ανθρώπων για την Καλή Διατροφή | 27 | Καθοριστικοί Παράγοντες στην Επιλογή Τροφίμων και των Σχετικών με τη Διατροφή Συμπεριφορών: Μια επισκόπηση | 51 |
| Απόψεις Πάνω στους Στόχους της Διατροφικής Αγωγής..... | 31 | Καθοριστικοί Παράγοντες που Σχετίζονται με τα Τρόφιμα: Βιολογία και Εμπειρία..... | 52 |
| Ένας Σύγχρονος Ορισμός της Διατροφικής Αγωγής..... | 32 | Καθοριστικοί Παράγοντες που Σχετίζονται με το Άτομο..... | 59 |
| Αποτελεσματικότητα της Διατροφικής Αγωγής..... | 38 | Κοινωνικοί και Περιβαλλοντικοί Καθοριστικοί Παράγοντες | 62 |
| Τι Κάνουν οι Εκπαιδευτές Διατροφικής Αγωγής; Τόποι, Κοινά-Στόχοι και Σκοποί της Διατροφικής Αγωγής | 38 | Τι Σημαίνει Αυτό για τους Εκπαιδευτές Διατροφής;..... | 67 |
| Διατροφική Αγωγή, Διατροφή Δημόσιας Υγείας και Προαγωγή της Υγείας: Οι Ρόλοι και το Πλαίσιο της Διατροφικής Αγωγής | 43 | Επιπτώσεις στις Ικανότητες και τις Δεξιότητες που Χρειάζονται οι Εκπαιδευτές Διατροφής..... | 73 |
| Σκοπός και Επισκόπηση Αυτού του Βιβλίου..... | 44 | Περίληψη | 74 |

| | | | |
|--|------------|--|------------|
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | 75 | Θεωρία της Προγραμματισμένης Συμπεριφοράς: η Προσέγγιση της Αιτιολογημένης Δράσης | 132 |
| Βιβλιογραφία..... | 76 | Επεκτάσεις της Θεωρίας της Προγραμματισμένης Συμπεριφοράς/ Προσέγγιση της Αιτιολογημένης Δράσης..... | 138 |
| 3 Μια Επισκόπηση της Διατροφικής Αγωγής: Διευκόλυνση Κινήτρων, Ικανότητας και Υποστήριξης για την Αλλαγή Συμπεριφοράς..... | 80 | Χρησιμοποιώντας τη Θεωρία της Αυτοδιάθεσης στη Διατροφική Αγωγή για Ενίσχυση Κινήτρων και Αφύπνισης του Κοινού..... | 144 |
| Εισαγωγή: Παράγοντες που Συμβάλουν στην Επιτυχία της Διατροφικής Αγωγής | 81 | Η Θεωρία της Αυτοδιάθεσης | 148 |
| Παράγοντας Επιτυχίας 1: Εστιάζοντας στην Αλλαγή της Συμπεριφοράς και στην Ανάλυση Δράσεων..... | 82 | Χρησιμοποιώντας τη Θεωρία της Αυτοδιάθεσης στη Διατροφική Αγωγή για Ενίσχυση της Κινητοποίησης και Αφύπνισης του Κοινού..... | 153 |
| Παράγοντας Επιτυχίας 2: Αντιμετωπίζοντας τις Επιρροές ή τους Κρίσιμους Παράγοντες της Αλλαγής Συμπεριφοράς και Ενέργειες | 84 | Σύνοψη | 154 |
| Παράγοντας Επιτυχίας 3: Χρησιμοποιώντας τη Θεωρία ως Οδηγό ή Εργαλείο για την Διατροφική Αγωγή..... | 97 | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | 155 |
| Παράγοντας Επιτυχίας 4: Αντιμετωπίζοντας Πολλαπλές Επιρροές στην Αλλαγή της Συμπεριφοράς με Επαρκή Διάρκεια και Ένταση - μια Κοινωνιο-Οικολογική Προσέγγιση..... | 106 | Βιβλιογραφία..... | 156 |
| Παράγοντας Επιτυχίας 5: Σχεδιάζοντας τη Διατροφική Αγωγή Χρησιμοποιώντας Θεωρητικές και Στοιχειοθετημένες Στρατηγικές | 107 | 5 Διευκολύνοντας την Ικανότητα Αλλαγής Συμπεριφοράς και Ανάλυσης Δράσης | 159 |
| Βάζοντας τα Όλα Μαζί: Εννοιολογικό Πλαίσιο για τη Διδασκαλία της Διατροφής..... | 110 | Διατροφική Αγωγή για να Διευκολυνθεί η Δυνατότητα να Αλλάξει η Συμπεριφορά: Έμφαση στον Τρόπο Δράσης..... | 160 |
| Ανακεφαλαίωση..... | 113 | Κατανόηση των Καθοριστικών Παραγόντων της Δράσης και των Στρατηγικών Αλλαγής Συμπεριφοράς..... | 160 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες | 116 | Κοινωνική Γνωσιακή Θεωρία | 161 |
| Βιβλιογραφία | 117 | Χρησιμοποιώντας την Κοινωνική Γνωσιακή Θεωρία στη Διατροφική Αγωγή για να Διευκολυνθεί η Αλλαγή της Συμπεριφοράς..... | 174 |
| 4 Αυξάνοντας την Ευαισθητοποίηση και Ενισχύοντας τα Κίνητρα και την Ενδυνάμωση για Αλλαγή Συμπεριφοράς και Ανάλυση Δράσης..... | 120 | Μοντέλα Αυτορρύθμισης: Εστίαση στο Σχεδιασμό και την Αυτο-Αποτελεσματικότητα..... | 179 |
| Διατροφική Αγωγή για την Ενίσχυση και Ενδυνάμωση των Κινήτρων: Εστίαση στο Γιατί να Γίνει Ανάλυση Δράσης..... | 121 | Θεμελιωμένη Προσέγγιση Θεωρίας: Προσωπικές Πολιτικές Τροφίμων | 185 |
| Χρησιμοποιώντας τη Θεωρία της Προγραμματισμένης Συμπεριφοράς στη Διατροφική Αγωγή για Ενίσχυση Κινήτρων και Αφύπνισης του Κοινού | 125 | Διαθεωρητικό Μοντέλο και Στάδια Αλλαγής Κατασκευής..... | 186 |
| | | Χρησιμοποιώντας το Διαθεωρητικό Μοντέλο στη Διατροφική Αγωγή | 193 |
| | | Περίληψη | 194 |

| | | | |
|---|------------|---|-----|
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | 195 | Περιβάλλον: Στρατηγικές για Αλλαγές σε Οργανωτικό Επίπεδο | 211 |
| Βιβλιογραφία..... | 196 | Περιβάλλον: Δραστηριότητες για Αλλαγή σε Κοινωνικό Επίπεδο | 217 |
| 6 Προωθώντας την Περιβαλλοντική Υποστήριξη για την Αλλαγή Συμπεριφοράς..... | 199 | Τομείς Επιρροής: Δραστηριότητες Αλλαγής Πολιτικών και Συστημάτων..... | 223 |
| Περιβαλλοντική Υποστήριξη για να Γίνουν οι Υγιεινότερες Επιλογές Ευκολότερες | 200 | Μια Προσέγγιση Λογικού Μοντέλου για το Σχεδιασμό Διατροφικής Αγωγής..... | 227 |
| Μια Κοινωνική Οικολογική Προσέγγιση | 202 | Περίληψη | 229 |
| Αλλαγή Κοινωνικού Περιβάλλοντος σε Διαπροσωπικό Επίπεδο: Οικογένεια, Συνάδελφοι και Κοινωνικά Δίκτυα..... | 204 | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | 232 |
| | | Βιβλιογραφία | 233 |

**ΜΕΡΟΣ II ■ ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ.
ΜΙΑ ΤΜΗΜΑΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ
ΑΓΩΓΗΣ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ ΘΕΩΡΙΑ**

| | | | |
|--|------------|---|------------|
| 7 Βήμα 1ο: Αποφασίζοντας τους Στόχους της Παρέμβασης με βάση την Αξιολόγηση Διαφορετικών Θεμάτων και τις Συμπεριφορές του Κοινού-Στόχου | 238 | Ποιοι θα είναι οι Στόχοι Αλλαγής Συμπεριφοράς των Συνεδριών ή του Προγράμματος;..... | 259 |
| Η Σημασία Μίας Συστηματικής Διαδικασίας Για Τον Σχεδιασμό Μιας Αποτελεσματικής Διατροφικής Αγωγής | 239 | Μελέτη Περισταστικού: Η Διαδικασία DESIGN στην Πράξη..... | 263 |
| Επισκόπηση της Διαδικασίας Διατροφικής Αγωγής “DESIGN” για Σχεδιασμό Διατροφικής Αγωγής Βασισμένης στην Θεωρία..... | 240 | Η Σειρά σας να Σχεδιάσετε την Διαδικασία Διατροφικής Αγωγής DESIGN: Συμπλήρωση του Φύλλου Εργασίας για το Βήμα 1..... | 265 |
| Χρησιμοποιώντας τη Διαδικασία Διατροφικής Αγωγής DESIGN για τον Σχεδιασμό Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων και Περιβαλλοντικών Υποστηρίξεων | 244 | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | 265 |
| Βήμα 1: Αποφασίζοντας τους Στόχους της Παρέμβασης για Αλλαγή Συμπεριφοράς Σχετικά με την Αξιολόγηση Θεμάτων και Συμπεριφοράς του Κοινού | 250 | Βιβλιογραφία | 266 |
| Ποιο είναι το Ακροατήριο ή το Κοινό- Στόχος;..... | 252 | 8 Βήμα 2ο: Εξερευνώντας τους Καθοριστικούς Παράγοντες των Στόχων της Παρέμβασης για Αλλαγή Συμπεριφοράς..... | 272 |
| Τι Μπορείς να Μάθεις Σχετικά με Θέματα και Συμπεριφορές του Ακροατηρίου σου από Διαθέσιμες Γενικές Πηγές;..... | 252 | Εξερευνώντας το Κοινό-Στόχος και το Περιβάλλον του | 273 |
| Τι Μπορείς να Μάθεις για Θέματα και Συμπεριφορές του Δικού σου Ακροατηρίου;..... | 255 | Εξερευνώντας Ψυχολογικούς Καθοριστικούς Παράγοντες Αλλαγής Συμπεριφοράς..... | 275 |
| | | Μελέτη Περιστατικού: Η Διαδικασία DESIGN στην Πράξη– Βήμα 2..... | 281 |
| | | Η Σειρά σας να Σχεδιάσετε μια Διατροφική Αγωγή: Συμπληρώνοντας το Φύλλο Εργασίας του Βήματος 2 για τους Καθοριστικούς Παράγοντες Αλλαγής | 282 |
| | | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | 285 |
| | | Βιβλιογραφία | 285 |

| | |
|--|-----|
| 9 Βήμα 3: Επιλογή της Θεωρίας και Διασαφήνιση της Φιλοσοφίας της Παρέμβασης | 289 |
| Εισαγωγή: Προκαταρκτικός Σχεδιασμός | 290 |
| Επιλογή Θεωρίας ή Δημιουργία Ενός Ανάλογου Μοντέλου | 291 |
| Αποσαφήνιση της Εκπαιδευτικής Φιλοσοφίας των Συνεδριών ή της Παρέμβασης | 298 |
| Διατύπωση των Προοπτικών της Παρέμβασης Πάνω στο Πώς θα Εκφραστεί το Περιεχόμενο Περί Τροφίμων και Διατροφής | 302 |
| Διευκρίνιση των Προοπτικών Παρέμβασης Πάνω στη Χρήση Εκπαιδευτικών Πόρων Από Διάφορες Πηγές | 304 |
| Σκέψεις για τις Ανάγκες σας και την Προσέγγισή σας ως Εκπαιδευτής Διατροφής | 304 |
| Συμπεράσματα | 305 |
| Μελέτη Περιστατικού: Η Διαδικασία DESIGN στην Πράξη | 305 |
| Η Σειρά σας να Σχεδιάσετε τη Διατροφική Αγωγή: Η Συμπλήρωση του Φύλλου Εργασίας στο Βήμα 3 Επιλέξτε Θεωρία και Διασαφηνίστε Φιλοσοφία | 308 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες | 308 |
| Βιβλιογραφία | 308 |
| | |
| 10 Βήμα 4: Προσδιορισμός Στόχων: Μετατροπή της Συμπεριφορικής Θεωρίας σε Εκπαιδευτικούς Στόχους | 312 |
| Μετατροπή της Συμπεριφορικής Θεωρίας σε Δραστηριότητες Διατροφικής Αγωγής Μέσω Στόχων | 313 |
| Καταγραφή Εκπαιδευτικών Στόχων για τους Καθοριστικούς Παράγοντες των Στόχων Αλλαγής της Συμπεριφοράς | 315 |
| Διασφαλίζοντας τους Εκπαιδευτικούς Στόχους. Βάλτε τον Συμμετέχοντα να Σκέφτεται, να Αισθάνεται και να Δρα | 317 |
| Μελέτη Περιστατικού: Η Διαδικασία DESIGN στην Πράξη | 326 |
| Η σειρά σας να Σχεδιάσετε τη Διατροφική Αγωγή: Συμπληρώνοντας το Φύλλο Εργασίας στο Βήμα 4 Προσδιορίστε τους Γενικούς Στόχους | 328 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες | 328 |
| Βιβλιογραφία | 328 |
| | |
| 11 Βήμα 5: Δημιουργία Εκπαιδευτικών Σχεδίων: Εστίαση στην Ενίσχυση των Κινήτρων για Αλλαγή Συμπεριφοράς και Ανάληψη Δράσης | 331 |
| Δομή για τη Δημιουργία Διατροφικών Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων | 332 |
| Μεταφράζοντας την Συμπεριφορική Θεωρία σε Εκπαιδευτική Πρακτική: Καθοριστικοί Παράγοντες, Στρατηγικές Αλλαγής Συμπεριφοράς, Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες και Εκπαιδευτικά Σχέδια | 335 |
| Κερδίζοντας το Ενδιαφέρον και τη Συμμετοχή του Κοινού | 337 |
| Χρήση Στρατηγικών Αλλαγής Συμπεριφοράς για τη Δημιουργία Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων για την Ενίσχυση Κινήτρων για Αλλαγή Συμπεριφοράς | 339 |
| Οργάνωση και Ακολουθία Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων για την Παράδοση με τα 4 Es: Το Εκπαιδευτικό Σχέδιο ή το Μάθημα | 358 |
| Εξερεύνηση Άλλων Χαρακτηριστικών της Ομάδας και των Παραμέτρων Παρέμβασης | 361 |
| Δημιουργία του Εκπαιδευτικού Πλάνου: Τα Πρακτικά | 361 |
| Μελέτη Περιστατικού: Η Διαδικασία DESIGN στην Πράξη | 363 |
| Η Σειρά Σας να Σχεδιάσετε μια Διατροφική Αγωγή: Ολοκληρώνοντας το Βήμα 5 της Δημιουργίας Φύλλου Εργασίας Εκπαιδευτικών Σχεδίων | 364 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες | 366 |
| Βιβλιογραφία | 367 |

| | |
|---|--|
| 12 Βήμα 5: Δημιουργία Εκπαιδευτικών Σχεδίων: | 14 Χρήση της Διαδικασίας Design για την |
| Εστίαση στη Διευκόλυνση της Ικανότητας | Προώθηση Περιβαλλοντικών Υποστηρίξεων |
| Αλλαγής Συμπεριφοράς και Ανάλιψης | για την Αλλαγή Συμπεριφοράς και |
| Δράσης.....372 | Ανάλιψη Δράσης.....455 |
| Διευκόλυνση της Ικανότητας Αλλαγής | Εισαγωγή: Προώθηση της Κοινωνικής |
| Συμπεριφοράς και Ανάλιψης Δράσης: | Πολιτικής και της Περιβαλλοντικής |
| Μια Επισκόπηση373 | Υποστήριξης για την Παρέμβαση στους |
| Μεταφράζοντας τη Θεωρία της Συμπεριφοράς | Στόχους Αλλαγής Συμπεριφοράς.....456 |
| σε Εκπαιδευτική Πρακτική: Οι καθοριστικοί | Βήμα 1: Απόφαση για τους Στόχους Αλλαγής |
| παράγοντες, οι Στρατηγικές Αλλαγής | Συμπεριφοράς του Προγράμματος |
| Συμπεριφοράς και οι Εκπαιδευτικές | για το Κοινό, Αξιολογώντας Θέματα και |
| Δραστηριότητες.....374 | Προβληματικές Συμπεριφορές.....458 |
| Δημιουργία Γνώσεων και Δεξιοτήτων | Βήμα 2: Εξερεύνηση των Περιβαλλοντικών |
| Σχετικών με Τα Τρόφιμα και τη Διατροφή: | Υποστηρίξεων για την Αλλαγή της |
| Βελτίωση της Συμπεριφορικής Ικανότητας.....375 | Συμπεριφοράς459 |
| Ενίσχυση Διαδικασιών Αυτορρύθμισης | Βήμα 3: Επιλογή των Στοιχείων του |
| (Αυτοδιαχειριζόμενης Αλλαγής) και | Προγράμματος και της Κατάλληλης |
| Προσωπική Εκπροσώπηση.....383 | Θεωρίας462 |
| Μελέτη Περιστατικού: Η Διαδικασία DESIGN | Βήμα 4: Ενδεικτικοί Στόχοι Περιβαλλοντικής |
| στην Πράξη – Βήμα 5394 | Υποστήριξης για τους Στόχους Αλλαγής |
| Η Σειρά σας για να Σχεδιάσετε τη Διατροφική | Συμπεριφοράς του Προγράμματος.....466 |
| Αγωγή: Ολοκλήρωση του Βήματος 5 | Βήμα 5: Δημιουργία Σχεδίων για την |
| Δημιουργία Φύλλου Εργασίας Εκπαιδευτικών | Αύξηση της Διαπροσωπικής Κοινωνικής |
| Σχεδίων, με έμφαση στη Λήψη Δράσης.....396 | Υποστήριξης469 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες.....398 | Βήμα 5: Δημιουργία Πλάνων για Κρατικές |
| Βιβλιογραφία399 | και Κοινοτικές Πολιτικές, Συστήματα και |
| 13 Βήμα 6: Εξειδίκευση Πλάνου | Δραστηριότητες για το Περιβάλλον των |
| Αξιολόγησης403 | Τροφίμων472 |
| Εισαγωγή: Γιατί να Αξιολογήσω;.....404 | Πέμπτο Βήμα: Δημιουργώντας ένα |
| Τι θα Πρέπει να Αξιολογηθεί; Τύποι | Αναλυτικό Σχέδιο Υλοποίησης.....478 |
| Αξιολόγησης405 | Βήμα 6: Εξειδικεύοντας το Πλάνο |
| Σχεδιασμός της Αξιολόγησης των | Αξιολόγησης479 |
| Αποτελεσμάτων408 | Περίληψη481 |
| Σχεδιασμός της Διαδικασίας | Μελέτη Περιστατικού: Η διαδικασία |
| Αξιολόγησης423 | DESIGN στην Πράξη.....483 |
| Μελέτη Περιστατικού: Η Διαδικασία | Η Σειρά σας: Συμπλήρωση των Φύλλων |
| DESIGN στην Πράξη – Βήμα 6.....427 | Εργασίας ΣΧΕΔΙΑΣΗΣ σε Έξι Βήματα – |
| Η Σειρά σας να Κάνετε Διατροφική Αγωγή: | Εστίαση στις Κοινωνικές, Πολιτικές, |
| Συμπλήρωση του Φύλλου Εργασίας του | Συστημικές και Περιβαλλοντικές |
| Σχεδίου Αξιολόγησης του Βήματος 6.....427 | Υποστηρίξεις486 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες.....428 | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες.....487 |
| Βιβλιογραφία428 | Βιβλιογραφία488 |

**ΜΕΡΟΣ ΙΙΙ ■ ΕΡΕΥΝΑ ΚΑΙ ΘΕΩΡΙΑ ΣΕ ΔΡΑΣΗ: ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΩΝΤΑΣ
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ**

| | |
|--|--|
| 15 Μετάδοση Αποτελεσματικά της Διατροφικής Αγωγής σε Ομάδες..... | 17 Εργασία με Πληθυσμιακές Ομάδες Διαφορετικών Ηλικιών, Πολιτισμικών Υπόβαθρων και Μορφωτικού Επιπέδου..... |
| Αποτελεσματική Διατροφική Αγωγή: το Α και το Ω..... | Εισαγωγή..... |
| 514 | 586 |
| Επικοινωνία με το Ακροατήριό σας: Βασικές Αρχές..... | Εργασία με Παιδιά και Νέους |
| 515 | 587 |
| Κατανόηση και Εφαρμογή της Θεωρίας της Μάθησης: Μαθησιακές Προσεγγίσεις και Στυλ Μάθησης..... | Ο Ενήλικας Εκπαιδευόμενος..... |
| 522 | 600 |
| Κατανόηση και Εφαρμογή της Θεωρίας Εκπαιδευτικού Σχεδιασμού..... | Δουλεύοντας με Διαφορετικές Πολιτισμικές Ομάδες |
| 525 | 610 |
| Δημιουργία Περιβάλλοντος για Μάθηση..... | Κοινά-Στόχοι για Άτομα-Ομάδες Χαμηλού Μορφωτικού Επιπέδου |
| 528 | 619 |
| Μέθοδοι Διδασκαλίας: Πρακτικοί Τρόποι Ενεργοποίησης της Μάθησης και Βελτίωσης της Αλλαγής Συμπεριφοράς | Ομάδες που Διαφέρουν Ανάλογα με τους Τρόπους Ζωής τους που Σχετίζονται με τα Τρόφιμα |
| 534 | 623 |
| Διεξαγωγή των Ομαδικών Μαθημάτων: Από την Αλληλουχία της Εκπαίδευσης στα Εργαλεία της Παράδοσης..... | Σύνοψη..... |
| 537 | 624 |
| Περίληψη | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... |
| 541 | 625 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | Βιβλιογραφία |
| 544 | 625 |
| Βιβλιογραφία | 18 Εκπαιδευτές Διατροφής ως Παράγοντες Αλλαγής στο Περιβάλλον..... |
| 545 | 629 |
| 16 Μέσα Υποστήριξης και Άλλα Δίκτυα για την Διατροφική Αγωγή | Εισαγωγή |
| 546 | 630 |
| Εισαγωγή..... | Παραμένοντας Ενημερωμένοι με την Έρευνα στη Διατροφική Αγωγή και τις Βέλτιστες Πρακτικές της |
| 547 | 630 |
| Χρησιμοποιώντας Υποστηρικτικά Οπτικά Μέσα σε Ομαδικές Συνεδρίες και Προφορικές Παρουσιάσεις | Βοηθώντας να Διαμορφωθεί το Επάγγελμα |
| 547 | 630 |
| Αναπτύσσοντας και Χρησιμοποιώντας Γραπτό Υλικό | Ηθική στη Διατροφική Αγωγή: Διατήρηση της Αξιοπιστίας |
| 553 | 635 |
| Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες με τη Χρήση Διάφορων Δικτύων..... | Συμμετοχή σε Κοινοτικούς Συνασπισμούς..... |
| 557 | 637 |
| Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και Δραστηριότητες Κοινωνικού Μάρκετινγκ..... | Υποστηρίζοντας τη Διατροφή και τη Διατροφική Αγωγή |
| 564 | 638 |
| Χρησιμοποιώντας Νέες Τεχνολογίες..... | Εκπαιδύοντας τους Υπεύθυνους Χάραξης Πολιτικής στην Κυβέρνηση |
| 577 | 639 |
| Ανακεφαλαίωση | Δεν Μπορείς να Κάνεις τα Πάντα, Αλλά Μπορείς να Κάνεις Κάτι..... |
| 582 | 644 |
| Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... | Ερωτήσεις και Δραστηριότητες..... |
| 583 | 644 |
| Βιβλιογραφία | Βιβλιογραφία |
| 583 | 645 |
| | Λεξιλόγιο Ειδικών Όρων |
| | 647 |
| | Ευρετήριο |
| | 655 |