ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε η εσπερίδα «Το αποτύπωμα της Νηστείας στον Άνθρωπο και την Επιστήμη» στο Πανεπιστήμιο Πατρών

Μια δημιουργική συνάντηση της επιστημονικής γνώσης με την παράδοση, τη θεολογία και τη γαστρονομία.





Με ιδιαίτερη επιτυχία και μεγάλη συμμετοχή του κοινού πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 11 Νοεμβρίου 2026, στο Αμφιθέατρο του Τμήματος Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων του Πανεπιστημίου Πατρών, στο Αγρίνιο, η εσπερίδα με θέμα **«Το αποτύπωμα της Νηστείας στον Άνθρωπο και την Επιστήμη»**.

Η εκδήλωση συνδιοργανώθηκε από το **Τμήμα Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων της Σχολής Γεωπονικών Επιστημών του Πανεπιστημίου Πατρών** και το **Ίδρυμα Πολιτισμού της Ιεράς Μητροπόλεως Αιτωλίας και Ακαρνανίας «Άγιος Ευγένιος ο Αιτωλός»**, με την ευγενική υποστήριξη του Επιμελητηρίου Αιτωλοακαρνανίας.

Στόχος της εσπερίδας ήταν η ανάδειξη της νηστείας ως μιας διαχρονικής πρακτικής με πνευματικές, πολιτισμικές και διατροφικές διαστάσεις, μέσα από τη δημιουργική συνάντηση της Ορθόδοξης παράδοσης με τη σύγχρονη επιστημονική γνώση.

Την παρουσίαση και τον συντονισμό της εκδήλωσης ανέλαβε η κα Μαρία Αγγέλη, Φιλόλογος, Δρ Κοινωνικής Λαογραφίας και μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Ιδρύματος Πολιτισμού.

Χαιρετισμό στην εκδήλωση απηύθυνε ο **Πρόεδρος του Τμήματος Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων του Πανεπιστημίου Πατρών, κ. Γρηγόριος Μπελιγιάννης**, ο οποίος αναφέρθηκε στη σημασία της συνεργασίας μεταξύ της ακαδημαϊκής κοινότητας και της Ιεράς Μητροπόλεως Αιτωλίας και Ακαρνανίας. Παράλληλα, υπογράμμισε τον ρόλο του Πανεπιστημίου στη διάχυση της επιστημονικής γνώσης και στη σύνδεσή της με την κοινωνία, την παράδοση και τον πολιτισμό, εκφράζοντας την προσδοκία για συνέχιση και ενίσχυση αντίστοιχων συνεργειών στο μέλλον.

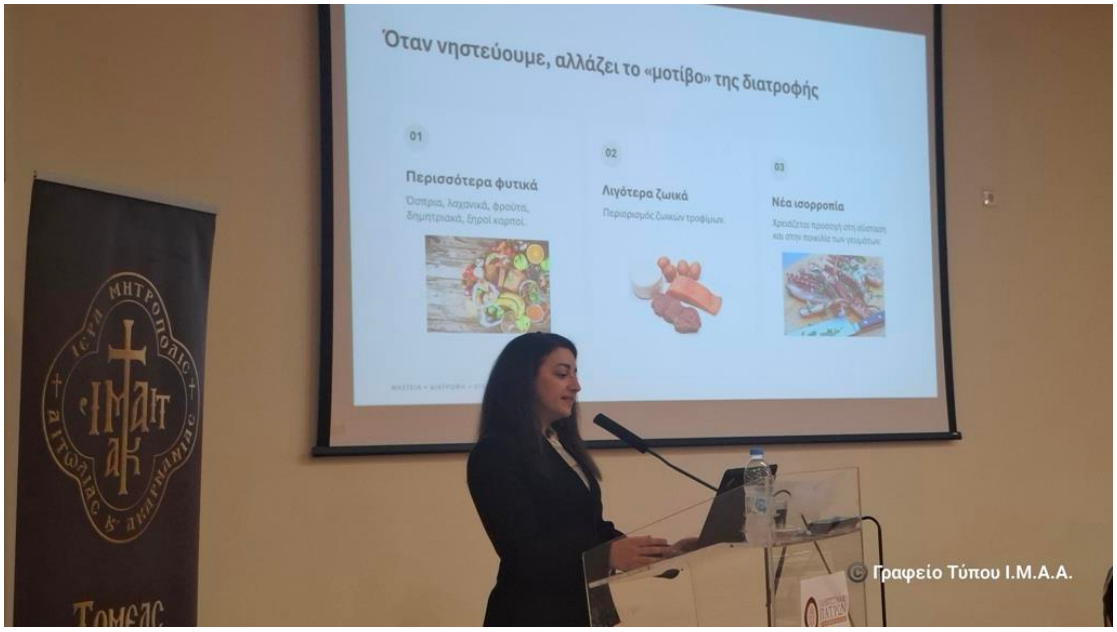


Οι επιστημονικές εισηγήσεις

Την πρώτη εισήγηση παρουσίασε η **Δρ. Όλγα Μαλισόβα, Επίκουρη Καθηγήτρια Διατροφής του Τμήματος Επιστήμης και Τεχνολογίας**

Τροφίμων του Πανεπιστημίου Πατρών, με θέμα «Νηστεία και Υγεία: Τι μας λέει η σύγχρονη Επιστήμη της Διατροφής;».

Η ομιλήτρια ανέδειξε τη σχέση της Ορθόδοξης χριστιανικής νηστείας με το Μεσογειακό διατροφικό πρότυπο, παρουσιάζοντας σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα για τις πιθανές ευεργετικές επιδράσεις της στην καρδιομεταβολική υγεία. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στη διατροφική αξία των φυτικών τροφίμων, στη συμβολή των φυτικών ινών και του εντερικού μικροβιώματος, καθώς και στη σημασία της διατροφικής επάρκειας κατά τις περιόδους νηστείας.



Μέσα από παραδείγματα της παραδοσιακής ελληνικής κουζίνας, παρουσιάστηκαν πρακτικοί τρόποι επίτευξης μιας ισορροπημένης και θρεπτικά επαρκούς νηστίσιμης διατροφής. Επισημάνθηκε ότι η νηστεία μπορεί να αποτελέσει ευκαιρία για υιοθέτηση ποιοτικότερων διατροφικών επιλογών, με γνώμονα την ποικιλία, το μέτρο και την ισορροπία.

Στη συνέχεια, ο **Δρ Αλέξιος Βαρδάκας, R&D Manager της εταιρείας ΓΑΙΑ Τρόφιμα ΑΒΕΕ και μεταδιδακτορικός ερευνητής του Πανεπιστημίου Πατρών**, ανέπτυξε το θέμα «Η διατροφική αξία και ο ρόλος της ελιάς και του ελαιολάδου στη Μεσογειακή Διατροφή».



Κατά την εισήγησή του παρουσίασε τη διατροφική σημασία της ελιάς και του εξαιρετικού παρθένου ελαιολάδου, αναδεικνύοντας τον ρόλο των μονοακόρεστων λιπαρών οξέων και των βιοδραστικών συστατικών τους. Παράλληλα, αναφέρθηκε στα επιστημονικά δεδομένα που συνδέουν την κατανάλωση ελαιολάδου με την καρδιαγγειακή υγεία και στη διαχρονική θέση του στο Μεσογειακό διατροφικό πρότυπο.

Την τρίτη εισήγηση πραγματοποίησε ο **Πρωτοπρεσβύτερος Χριστόφορος Χρόνης, Επίκουρος Καθηγητής του Τμήματος Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών**, με θέμα «Η νηστεία μέσα στην Ορθόδοξη παράδοση και η σημασία της στη ζωή του πιστού».



Ο ομιλητής ανέδειξε το θεολογικό και πνευματικό περιεχόμενο της νηστείας, επισημαίνοντας ότι δεν περιορίζεται στην αποχή από συγκεκριμένες τροφές, αλλά συνδέεται ουσιαστικά με την εγκράτεια, την αυτογνωσία, την προσευχή και την έμπρακτη αγάπη προς τον συνάνθρωπο.

Η παρουσία του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη

Την εκδήλωση τίμησε με την παρουσία του ο **Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Αιτωλίας και Ακαρνανίας κ. Δαμασκηνός**, ο οποίος εξέφρασε την ιδιαίτερη ικανοποίησή του για την επιτυχία της διοργάνωσης και τη μεγάλη ανταπόκριση του κοινού.



Στον χαιρετισμό του αναφέρθηκε στο ουσιαστικό νόημα της νηστείας, υπογραμμίζοντας ότι η πνευματική άσκηση δεν αποτελεί αυτοσκοπό, αλλά συνδέεται με την καλλιέργεια της αγάπης, της συγχωρητικότητας και της προσφοράς.

Ο Σεβασμιώτατος ευχαρίστησε θερμά τον Πρόεδρο του Τμήματος, **κ. Γρηγόριο Μπελιγιάννη**, για την αποδοχή της πρότασης συνδιοργάνωσης, αναγνωρίζοντας παράλληλα τη σημαντική επιστημονική και κοινωνική προσφορά του Πανεπιστημίου Πατρών στην περιοχή.

Η επιστήμη συναντά τη γαστρονομία

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσίασε και το **Master Class Μαγειρικής και Ζαχαροπλαστικής**, το οποίο πραγματοποιήθηκε από εκπροσώπους της Λέσχης Αρχιμαγείρων Ελλάδος, υπό τον συντονισμό του κ. Κωνσταντίνου Πίτσιου, Executive Pastry Chef και μέλους της Λέσχης.

Μέσα από τη δημιουργική παρουσίαση νηστίσιμων συνταγών και τεχνικών παρασκευής, αναδείχθηκαν οι δυνατότητες αξιοποίησης παραδοσιακών

πρώτων υλών και η σύνδεση της γαστρονομικής τέχνης με τη σύγχρονη γνώση για τα τρόφιμα και τη διατροφή.



Η δράση αυτή συμπλήρωσε ουσιαστικά τις επιστημονικές εισηγήσεις, μεταφέροντας τη θεωρητική γνώση στην καθημερινή διατροφική πρακτική.

Μια σημαντική συνεργασία με προοπτική

Η εσπερίδα αποτέλεσε ένα σημαντικό βήμα εξωστρέφειας για το Τμήμα Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων, επιβεβαιώνοντας τον ρόλο του Πανεπιστημίου ως ενεργού φορέα παραγωγής και διάχυσης επιστημονικής γνώσης στην τοπική κοινωνία.

Παράλληλα, ανέδειξε τη δυνατότητα ουσιαστικού διαλόγου ανάμεσα στην ακαδημαϊκή κοινότητα, την Εκκλησία, την παραγωγή και τη γαστρονομία, με κοινό σημείο αναφοράς τον άνθρωπο, τη διατροφή, την υγεία και τον πολιτισμό.

Το Τμήμα Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων του Πανεπιστημίου Πατρών εκφράζει τις θερμές του ευχαριστίες προς τον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη Αιτωλίας και Ακαρνανίας κ. Δαμασκηνό, το Ίδρυμα Πολιτισμού «Άγιος Ευγένιος ο Αιτωλός» και τα μέλη του Διοικητικού του Συμβουλίου για την εξαιρετική συνεργασία, καθώς και προς όλους τους εισηγητές και τους συντελεστές της εκδήλωσης.

Ευχαριστεί επίσης το Επιμελητήριο Αιτωλοακαρνανίας, τη Λέσχη Αρχιμαγείρων Ελλάδος και όλους όσοι συνέβαλαν στην επιτυχή πραγματοποίηση της εσπερίδας.

Η επιτυχία της διοργάνωσης δημιουργεί τις προϋποθέσεις για τη συνέχιση και την περαιτέρω ανάπτυξη κοινών επιστημονικών, εκπαιδευτικών και πολιτιστικών δράσεων, ενισχύοντας τους δεσμούς του

Πανεπιστημίου Πατρών με την κοινωνία και τους φορείς της Αιτωλοακαρνανίας.



Τμήμα Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων
Σχολή Γεωπονικών Επιστημών
Πανεπιστήμιο Πατρών