



## ημέρες & ώρες λειτουργίας

Δευτέρα έως Παρασκευή: 08.30 - 15.00

Οι **συνεδρίες**, **σχολές γονέων** και **ομάδες** λειτουργούν τις απογευματινές ώρες

σε συνεργασία με τον

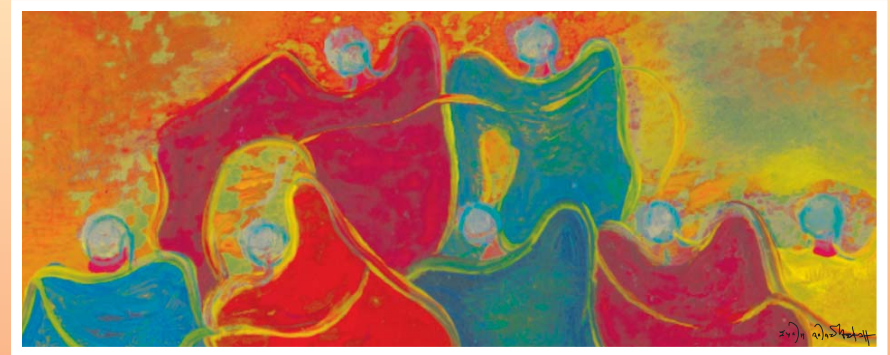


**OKANA**

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ

Διονυσίου Σολωμού 2, 681 00 Αλεξανδρούπολη

Τηλ. & Fax: 25510 37242, e-mail: [prolipsi@axd.forthnet.gr](mailto:prolipsi@axd.forthnet.gr)



μαζί μας μπορείς



KENTRO

Πρόληψης

Ενημέρωσης

κατά των Ναρκωτικών

Νομού Έβρου

# ταυτότητα

# 01

Το Κέντρο Πρόληψης & Ενημέρωσης κατά των Ναρκωτικών Νομού Έβρου «Η ΕΛΠΙΔΑ» είναι μια αστική, μη κερδοσκοπική εταιρεία. Άρχισε να λειτουργεί τον Απρίλιο του 1998 με την ενεργή συμμετοχή των τοπικών φορέων του Νομού μας και τη συνεργασία του Ο.ΚΑ.ΝΑ. Στελεχώνεται από έναν Ψυχίατρο, δύο Ψυχολόγους, δύο Κοινωνικούς Λειτουργούς και δύο Διοικητικά Στελέχη.

Π  
Α  
Ρ  
Ε  
Χ  
Ε  
Ι

**Ορθή και έγκυρη πληροφόρηση για τις εξαρτησιογόνες ουσίες.**

**Υποστηρικτικές και Συμβουλευτικές υπηρεσίες σε:**

- γονείς
- εκπαιδευτικούς
- εφήβους
- κάθε ενδιαφερόμενο

**Πληροφόρηση για τις θεραπευτικές δομές**

- σε εξαρτημένα άτομα
- στις οικογένειές τους



**Εφαρμογή προγραμμάτων πρόληψης σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης**

- για εκπαιδευτικούς
- για εφήβους
- για γονείς
- και σε ευρύτερες κοινωνικές ομάδες

**Εναισθητοποίηση-ενημέρωση τοπικών φορέων με στόχο τη δημιουργία κοινωνικού δικτύου δράσης στην κοινότητα.**

Π  
Α  
Ρ  
Ε  
Χ  
Ε  
Ι

## προσχολική κοινότητα

### γονείς

[ παιδικοί σταθμοί - νηπιαγωγεία ]

### παιδαγωγοί

Οι γονείς που έχουν παιδιά προσχολικής-νηπιακής ηλικίας συχνά έχουν πολλά ερωτήματα και ανησυχίες γιατί έρχονται αντιμέτωποι με τις ιδιαίτερες ανάγκες των παιδιών αυτής της ηλικίας, όπως το φαγητό, ο ύπνος, η συμπεριφορά του, η απόκτηση δεύτερου παιδιού κ.ά. Είναι γνωστό ότι οι συμπεριφορές, τα ερεθίσματα του περιβάλλοντος και γενικότερα οι εμπειρίες που θα αποκτήσει το παιδί από την γέννησή του έως τα 7 του χρόνια θα καθορίσουν σε μεγάλο βαθμό την



προσωπικότητα του. Και μάλιστα όλα αυτά συμβαίνουν σε μια εποχή που

τις περισσότερες φορές και οι δυο γονείς δουλεύουν, γεγονός που τους πιέζει περισσότερο σχετικά με το μέγεθος των παιδιών τους. Έτσι είναι αναγκαίο για τους γονείς να μάθουν να επικοινωνούν, να κατανοούν τη συμπεριφορά των παιδιών τους (θετική και αρνητική) και τα συναισθήματά τους ώστε να μη καταφεύγουν σε τιμωρίες, σε φωνές, σε απειλές και σε βία, που τους κάνουν να νιώθουν άσχημα με τον εαυτό τους.

Μ' αυτόν τον τρόπο μπορούν να πετύχουν καλές σχέσεις μέσα στην οικογένεια που θα βασίζονται στην ισοτιμία και στον αμοιβαίο σεβασμό.

Στις ομάδες γονέων συζητούμε και δίνουμε στους γονείς πρακτικούς τρόπους για να μπορούν με ευκολία να διαχειρίζονται καλύτερα τη σχέση τους με τα παιδιά τους.

Η ευαισθητοποίηση και η εκπαίδευση των παιδαγωγών παράλληλα με την εκπαίδευση των γονέων είναι πολύ βασική.

Οι παιδαγωγοί της προσχολικής ηλικίας έχουν συχνά μια ιδιαίτερη σχέση με τα παιδιά και

διαθέτουν σημαντικές γνώσεις για την κατανόηση των αναγκών τους.

Μέσω του παιχνιδιού και των δημιουργικών

δραστηριοτήτων έχουν τη δυνατότητα να εκπαιδεύσουν τα παιδιά σε ατομικές και κοινωνικές δεξιότητες και να τα βοηθήσουν στην ομαλή ένταξη και προσαρμογή τους

στο νηπιακό σταθμό, την πρώτη οργανωμένη ομάδα εκτός της οικογένειας.

Παράλληλα έχουν πολλές ευκαιρίες να παρατηρήσουν τη συμπεριφορά των νηπίων και να εντοπίσουν πιθανές δυσκολίες. Έτσι η εκπαίδευσή τους σε θέματα

ψυχοσυναισθηματικής ανάπτυξης του ατόμου είναι αναγκαία και η εφαρμογή των προγραμμάτων πρόληψης μέσω του παιχνιδιού και της ενεργητικής μάθησης στον

νηπιακό σταθμό, γίνεται ουσιαστική.

# 03

## μαθητές



Τα παιδιά αυτής της ηλικίας έχουν ανάγκη

να είναι ενταγμένα σε ομάδες εκεί όπου κυριαρχεί το παιχνίδι,

η αναζήτηση, η εξερεύνηση και η ενεργητική συμμετοχή.

Έτσι, συμμετέχοντας τα παιδιά σε προγράμματα πρόληψης - αγωγής

υγείας εκπαιδεύονται σε καινούργιες δεξιότητες.

Σε αυτή την ηλικία οι ικανότητές τους για μάθηση είναι μεγάλες

και μέσω των προγραμμάτων τους δίνεται η ευκαιρία για συζήτηση.

Τα παιδιά μαθαίνουν να μιλούν για τα συναισθήματά τους,

για τη μοναδικότητά τους, για τις ομοιότητες και τις διαφορές

με τους άλλους, για τη συνεργασία, τους τρόπους επικοινωνίας,

τη φιλία, για τους σημαντικούς ανθρώπους και άλλα θέματα.

Π Ρ Ο Λ Η Ψ Η Σ Τ Η Ν

# πρωτοβάθμια εκπαίδευση [δημοτικό]



Οι δάσκαλοι είναι πρότυπα των παιδιών καθώς αποτελούν μια δεύτερη

οικογένειά τους. Καθώς οι δάσκαλοι αγαπούν,

κατανοούν και αποδέχονται τους μαθητές τους,

τους δίνουν το αίσθημα της αξίας και της σημαντικότητας.

## δάσκαλοι

Έτσι η σχέση δασκάλου- μαθητή αποκτά νόημα και γίνεται η βάση για μια πιο υγιή

συναισθηματική ανάπτυξη χαρίζοντάς τους ένα πρόσφορο έδαφος για γνώση.

Οι δάσκαλοι σπάνια έχουν την ευκαιρία να μοιράζονται τις εμπειρίες, τις ανησυχίες και

προβληματισμούς τους, αναγνωρίζοντας τρόπο με τον οποίο δημιουργούν σχέση με

τους μαθητές καθώς και το τι θα μπορούσαν να κάνουν διαφορετικό στην τάξη.

Είναι σημαντικό να μάθουν να καταλαβαίνουν τις δικές τους στάσεις, αξίες και τα

συναισθήματα για να μπορέσουν έτσι να βάλουν στο επίκεντρο τις στάσεις, τις αξίες

και τα συναισθήματα των μαθητών τους. Αρκετές φορές υπάρχει η απαίτηση να

αναλάβουν δύσκολες καταστάσεις μέσα στην τάξη και να τις αντιμετωπίσουν κατάλληλα.

Παρ'όλα αυτά νιώθουν ότι δεν έχουν εκπαιδευτεί σε

νέες μεθόδους προσέγγισης που βοηθούν στην

αντιμετώπιση ψυχολογικών θεμάτων.





# γονείς

# πρωτοβάθμια [δημοτικό] εκπαίδευση

Τα προγράμματα πρόληψης-αγωγής υγείας που εφαρμόζονται στις τάξεις του δημοτικού σχολείου δεν μπορεί να είναι ολοκληρωμένα εάν δεν εκπαιδεύονται και οι γονείς στις σχολές γονέων.

Η αυτοεκτίμηση και η καλή εικόνα του παιδιού για τον εαυτό του εξαρτάται σχεδόν αποκλειστικά από την θετική στάση και την ενίσχυση των γονιών του.

Οι νέοι γονείς μπροστά στις αυξημένες κοινωνικές αλλαγές ζητούν να βρουν

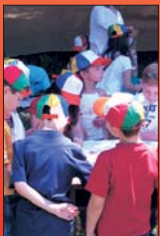
απαντήσεις στις ανησυχίες τους που αφορούν τόσο στα παιδιά τους όσο και στους ίδιους.

Οι γονείς μεγαλώνουμε τα παιδιά μας σύμφωνα με αυτά που μάθαμε από τους δικούς μας γονείς' αλλά οπωσδήποτε σε διαφορετικές εποχές για εμάς ως παιδιά.

Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να ακροβατούμε ανάμεσα στην αυστηρότητα και την επιτρεπτικότητα χάνοντας τον προσανατολισμό και την σταθερότητά μας,

αξίες σημαντικές για την ομαλή ανάπτυξη του παιδιού.

Στην εκπαίδευσή μας επεξεργαζόμαστε νέους τρόπους επικοινωνίας, επίλυσης συγκρούσεων και συμπεριφοράς.



Π Ρ Ο Λ Η Ψ Η Σ Τ Η Ν



Στόχος αυτής της εκπαίδευσης είναι

οι γονείς να αισθάνονται ασφάλεια στο ρόλο τους,

και ως πρότυπα να δημιουργήσουν μια υγιή σχέση

με τα παιδιά τους που θα είναι η βάση

για την ομαλή ψυχολογική τους ανάπτυξη.

# 05

Π Ρ Ο Λ Η Ψ Η Σ Τ Η Ν

## δευτεροβάθμια εκπαίδευση



[γυμνάσιο]

### έφηβοι

Η εφηβεία είναι το πέρασμα

από την παιδική στην ώριμη ηλικία.

Είναι μια κρίσιμη και ταυτόχρονα δύσκολη

περίοδος για τον έφηβο, όπου οι στάση των

ενηλίκων (γονείς-καθηγητές) είναι καθοριστική.

Οι αλλαγές που αντιμετωπίζει ο έφηβος - μαθητής αφορούν:

- στη σχέση με τους γονείς του
- στη σχέση με τους συνομηλίκους του
- στη σχέση με το σώμα του.



Ο έφηβος μαθητής έχει ανάγκη να πάρει μέρος σε δραστηριότητες που θα του δώσουν τη δυνατότητα να μοιραστεί αγωνίες και ανησυχίες και να πάρει συναισθηματική υποστήριξη.

Μέσα από τα προγράμματα πρόληψης και αγωγής υγείας θα έχει ευκαιρίες για την αποδοχή του ως αυτόνομη προσωπικότητα, την οικοδόμηση μιας θετικής εικόνας για τον εαυτό του, την ανάπτυξη της πρωτοβουλίας και τη βελτίωση της σχέσης του με τους καθηγητές, που είναι και πρότυπά του.

### καθηγητές

Μεταξύ των καθηγητών και των εφήβων αναπτύσσεται μια ιδιαίτερη συναισθηματική σχέση. Οι έφηβοι συμπεριφέρονται στους καθηγητές τους με συναισθήματα και τρόπους ανάλογους με εκείνους που έχουν μάθει να συμπεριφέρονται προς τους γονείς τους.

Οι καθηγητές αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο ρόλο τους σχετικά με τη:

- διαχείριση των σχέσεων μεταξύ των μαθητών μέσα στην τάξη
- διαχείριση των διαπροσωπικών σχέσεων καθηγητή - μαθητή
- αναγνώριση και κατανόηση των συναισθημάτων των μαθητών.

Είναι πολύ σημαντικό οι καθηγητές να κατανοούν τις ψυχολογικές μεταβολές των εφήβων, καθώς και τους τρόπους προβολής και μετάθεσης των συναισθηματικών διαθέσεων των μαθητών από τους γονείς στους καθηγητές.

Έτσι προκύπτει η ανάγκη για εκπαίδευση και παροχή νέων παιδαγωγικών εργαλείων, που έχουν στόχο να ενισχύσουν τους καθηγητές στο ρόλο τους, γεγονός που καλύπτεται από τις ομάδες εκπαίδευσης και τα βιωματικά εργαστήρια επιμόρφωσης που οργανώνονται από το Κέντρο Πρόληψης.



# δευτεροβάθμια εκπαίδευση

# 06

[γυμνάσιο]



## γονείς

Όλοι οι γονείς θέλουν το καλύτερο για τα παιδιά τους. Με όλα τα προβλήματα και τις πιέσεις της σημερινής εποχής είναι πολύ δύσκολο να είναι κανείς γονιός. Οι ομάδες γονέων έχουν στόχο να στηρίξουν τους γονείς στο δύσκολο έργο τους, δίνοντάς τους την ευκαιρία να μοιραστούν και να επεξεργαστούν τις σκέψεις, τις αγωνίες και τους φόβους τους μαζί με άλλους γονείς.

Καθώς οι γονείς είναι οι κύριοι παιδαγωγοί των παιδιών τους, εντάξαμε την παράλληλη εκπαίδευση των γονέων στα προγράμματα πρόληψης - αγωγής υγείας μαζί με τις άλλες δύο ομάδες (καθηγητές μαθητές) για να δημιουργήσουμε ένα κοινό πνεύμα στην διαπαιδαγώγηση και την συναισθηματική υποστήριξη των παιδιών.

Τα κυριότερα προβλήματα που απασχολούν τους γονείς είναι:

- δυσκολίες επικοινωνίας με τα παιδιά τους
- καθημερινές συγκρούσεις με τους εφήβους
- άγχος για την σχολική επίδοση
- κακές σχέσεις με τους εκπαιδευτικούς
- συγκρούσεις ανάμεσα στους γονείς - συζύγους για ζητήματα σχετικά με την διαπαιδαγώγηση των παιδιών.

Συζητώντας με τους γονείς όλα τα παραπάνω στο Κέντρο Πρόληψης, σ' ένα κλίμα αποδοχής και ασφάλειας, τους προτείνουμε την δημιουργία από κοινού μιας κοινότητας ανθρώπων και συναισθημάτων όπου οι πηγές συναισθηματικής υποστήριξης είναι πολύ μεγάλες.



*Σεμινάρια προσωπικής ανάπτυξης γονέων*

Οι γονείς αντιμετωπίζουν καθημερινά πλήθος ερωτήσεων και πολυάριθμες αγωνιώδεις καταστάσεις με τα παιδιά τους.



Συχνά αισθάνονται ότι τα γεγονότα τους ξεπερνούν, αγωνιούν, φοβούνται και νιώθουν αδυναμία να αντεπεξέλθουν στις δυσκολίες.

Πολλές φορές πασχίζουν να συμβιβάσουν την ανάγκη τους να προστατεύσουν τα παιδιά τους, δίνοντάς τους όμως ταυτόχρονα τις ανάλογες ευκαιρίες που θα τους επιτρέψουν να ενηλικιωθούν. Είναι αλήθεια όμως ότι η εποχή μας είναι ιδιαίτερα αγχώδης, υπάρχει αύξηση της βίας, καταστροφή του περιβάλλοντος κ.λ.π. Μέσα σε ένα κόσμο τόσο ασταθή είναι συχνά πολύ δύσκολο για τους γονείς να αντλήσουν ικανοποίηση και να αισθανθούν χαρά για τη ζωή, πόσο μάλλον να αποτελέσουν πρότυπα χαράς για τα παιδιά τους.



Ως γονείς μπορούμε να μάθουμε ο ένας από τον άλλον, να εκτιμήσουμε αυτά που ήδη ξέρουμε και να μάθουμε περισσότερα έχοντας πάντα υπόψη μας ότι οι καλές σχέσεις βασίζονται στην αγάπη, τον αμοιβαίο σεβασμό, τη συλλογικότητα

και την αλληλεγγύη. Είμαστε οι βασικοί παιδαγωγοί των παιδιών μας και παίζουμε το σημαντικότερο ρόλο στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς τους. Η αγάπη και η επικοινωνία θέτουν τις βάσεις για μια υγιή ζωή στο μέλλον.

Η Σχολή Γονέων έχει στόχο να βοηθήσει τους γονείς να κάνουν αυτό που πιστεύουν πως είναι καλλίτερο για τα παιδιά τους, σ' ένα περιβάλλον κατανόησης, αποδοχής και με έμφαση στην κοινή ανταλλαγή απόψεων και προβληματισμού.

Αναλυτικά για κάθε ομάδα γονέων και σύμφωνα με τις ανάγκες της (γονείς με παιδιά στον παιδικό σταθμό, στο νηπιαγωγείο, στο δημοτικό και στο γυμνάσιο)

οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν:

- βιωματικό σεμινάριο «Επικοινωνία στην οικογένεια»
- βιωματικό σεμινάριο «Παραμύθια για την κατανόηση της παιδικής συμπεριφοράς»
- βιωματικό σεμινάριο προσωπικής ανάπτυξης



# συμβουλευτική

Στο πλαίσιο των δραστηριοτήτων του Κέντρου Πρόληψης στην τοπική κοινότητα παρέχονται

**Υποστηρικτικές** και **Συμβουλευτικές** υπηρεσίες σε:

- γονείς
- νέους
- φορείς
- κάθε ενδιαφερόμενο



Οι υπηρεσίες περιλαμβάνουν:

**Συμβουλευτική σε πειραματική χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών, σε εφήβους.**

Ατομικές συναντήσεις που στοχεύουν στην κινητοποίηση για την αντιμετώπιση του προβλήματος δίνοντας παράλληλα πληροφορίες για τις θεραπευτικές υπηρεσίες και τα θεραπευτικά προγράμματα

**Συμβουλευτική σε γονείς και συγγενείς χρηστών.**

Οικογενειακές συναντήσεις που στοχεύουν στην παροχή ορθής και έγκυρης ενημέρωσης για την αντιμετώπιση του προβλήματος. Παράλληλα παρέχεται στήριξη και πληροφόρηση της οικογένειας για τις πηγές βοήθειας.



Σύμφωνα με τις αρχές των Προγραμμάτων Πρόληψης οι βασικοί τομείς δράσης είναι το σχολείο, η οικογένεια και η κοινότητα.

Το Κέντρο Πρόληψης διευκολύνει τη συνεργασία μεταξύ τους και

παρέχει το πλαίσιο για το συντονισμό και την κοινή προοπτική δράσης.

Στόχος μας είναι η ευαισθητοποίηση της ευρύτερης κοινότητας

(φορείς, σύλλογοι, οργανισμοί κ.α.) ώστε να διευκολύνει

την κοινωνικοποίηση των νέων.

Συνεπώς, η σωστή και έγκυρη ενημέρωση, η ευαισθητοποίηση και

η συνεργασία της κοινότητας και των θεσμών της, προάγουν

την ψυχική υγεία και την ψυχολογική ανάπτυξη των νέων μέσα

από καλλίτερες σχέσεις με τους ενήλικες.



#### ΔΡΑΣΕΙΣ

Ανοιχτές ομιλίες

Πολιτιστικές εκδηλώσεις

Ημερίδες

Επιστημονικά sympόσια

Συνεργασίες

#### ΟΜΑΔΕΣ ΣΤΟΧΟΥ

Οικογένεια

Σχολική κοινότητα

Πολιτιστικοί φορείς

Κοινωνικοί φορείς

Πανεπιστημιακή κοινότητα

Στελέχη υγείας

Στελέχη τοπικής αυτοδιοίκησης

Στρατός

Μέσα μαζικής ενημέρωσης



# συνεργασίες

# 10



Με την Τοπική Αυτοδιοίκηση (Δήμοι, Νομαρχία, Περιφέρεια ΑΜ-Θ.)

Με το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, για την πρόληψη της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών στα σχολεία και την υλοποίηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Με τη Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Έβρου - Γραφεία Αγωγής Υγείας για την οργάνωση προγραμμάτων πρόληψης στα σχολεία

Με το Υπουργείο Εθνικής Άμυνας

Με το Πανελλαδικό Δίκτυο Φορέων Πρόληψης

Με Επιστημονικούς Φορείς: Ψυχιατρικός Τομέας ΠΓΝΑ, ΕΠΙΨΥ, ΚΕΘΕΑ, ΕΚΤΕΠΝ, Ελληνικό Κέντρο Ψυχαναλυτικών Ερευνών

Με το τμήμα Κοινωνικής Διοίκησης Δ.Π.Θ. για την πρακτική άσκηση των φοιτητών

# 11

## χρηματοδότηση

**Ο Οργανισμός ΚΑτά των ΝΑρκωτικών (Ο.ΚΑ.ΝΑ.)**

**χρηματοδοτεί την εταιρία για την υλοποίηση**

**του προγράμματος με ποσοστό 50% και το υπόλοιπο**

**καλύπτεται από:**

1. Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Έβρου
2. Δήμο Αλεξανδρούπολης
3. Ιερά Μητρόπολη Αλεξανδρουπόλεως
4. Δήμο Φερών
5. Δήμο Κυπρίνου
6. Ένωση Πολιτιστικών Φορέων Ν. Έβρου
7. Εργατοϋπαλληλικό Κέντρο Ν. Έβρου
8. Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής και Ψυχικής Υγείας
9. Φαρμακευτικό Σύλλογο Ν. Έβρου
10. Ιατρικό Σύλλογο Ν. Έβρου
11. Οδοντιατρικό Σύλλογο Ν. Έβρου
12. Σύλλογο Εκπαιδευτικών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Αλεξανδρούπολης
13. Συλλόγους Γονέων και Κηδεμόνων των 1<sup>ου</sup>, 2<sup>ου</sup>, 3<sup>ου</sup> Ενιαίων Λυκείων Αλεξανδρούπολης
14. Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων του ΤΕΕ Αλεξανδρούπολης
15. Συλλόγους Γονέων και Κηδεμόνων 1<sup>ου</sup>, 2<sup>ου</sup>, 3<sup>ου</sup> Πειραματικών Δημοτικών Αλεξανδρούπολης
16. Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων 10<sup>ου</sup> Δημοτικού Αλεξανδρούπολης

