



**Κέντρο
Κοινότητας**

**ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ ΤΟΝ ΠΟΛΙΤΗ
ΔΥΝΑΜΩΝΟΥΜΕ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ**



Δήμος Δάφνης-Υμηττού

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ

Με την επίσκεψη που πραγματοποίησαν τα στελέχη του Κέντρου Κοινότητας στο Κοινωνικό Φροντιστήριο Δάφνης, την Παρασκευή 10/5/2019, καθώς και στο 2^ο ΓΕΛ Δάφνης, τη Δευτέρα 13/5/2019, ολοκληρώθηκε ο κύκλος των παρουσιάσεων του προγράμματος **«Προαγωγή Ψυχικής Υγείας στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση»** με θέμα: **«Άγχος – Στρες και Πανελλήνιες Εξετάσεις»** στους μαθητές της Β' και Γ' Λυκείου. Η παρουσίαση υλοποιήθηκε από την Ψυχολόγο του Κέντρου, Ευαγγελία Σταματέλου, σε συνεργασία με την Κοινωνική Λειτουργό Αμαλία Δημούδη, με αφορμή τη δύσκολη και επίπονη προετοιμασία τους εν όψει των Πανελληνίων Εξετάσεων.

Βασικός στόχος του Προγράμματος **«Προαγωγή Ψυχικής Υγείας στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση»** είναι να λειτουργήσει υποστηρικτικά προς τους μαθητές, βοηθώντας τους να κατανοήσουν και να διαχειριστούν τα αρνητικά συναισθήματα που προκύπτουν από την ιδιαίτερα στρεσογόνο και πιεστική περίοδο προετοιμασίας τους για τις Πανελλήνιες Εξετάσεις. Το Πρόγραμμα έτυχε ιδιαίτερα θετικής ανταπόκρισης τόσο από τους μαθητές όσο και από το Εκπαιδευτικό Προσωπικό καθώς και από τους Συλλόγους Γονέων και Κηδεμόνων γεγονός που εδραίωσε την αρχή μιας γόνιμης συνεργασίας με τους εκπροσώπους της Β/θμιας Εκπαίδευσης για νέες δράσεις από την νέα σχολική χρονιά.

Στη συνάντησή μας με τους μαθητές αναπτύχθηκαν διεξοδικά οι παρακάτω θεματικές ενότητες: **οι έννοιες του άγχους – στρες, τα χαρακτηριστικά που διαφοροποιούν τις δυο αυτές καταστάσεις που βιώνουν τα παιδιά, τα είδη του στρες αλλά και τα συμπτώματα με τα οποία εμφανίζεται, οι κρίσεις πανικού και η διαχείρισή τους πριν τις πανελλήνιες εξετάσεις, καθώς και οι τεχνικές αντιμετώπισης και τρόποι διαχείρισης του στρες.** Μέσα από την παρουσίαση αλλά και την ενεργή συμμετοχή των παιδιών κατά τη διάρκειά της, δόθηκε στους μαθητές η δυνατότητα όχι μόνο να κατανοήσουν τις έννοιες του στρες/άγχους, αλλά κυρίως να μοιραστούμε από κοινού προσωπικές μας εμπειρίες και βιώματα με δημιουργικό και επικοινωνιακό τρόπο.



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΑΤΤΙΚΗΣ



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

την από κοινού μας προσπάθεια να είμαστε κοντά στα παιδιά σε μια ιδιαίτερα ευαίσθητη και δύσκολη αλλά ταυτόχρονα δημιουργική και παραγωγική μεταβατική περίοδο της ζωής τους θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε την Υπεύθυνη του Κοινωνικού Φροντιστηρίου Δάφνης, κυρία Αναστασία Μπεγέτη, τον Διευθυντή του 2^{ου} ΓΕΛ Δάφνης κύριο Αθανάσιο Χριστόπουλο και τον Πρόεδρο του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων του 2^{ου} ΓΕΛ Δάφνης κύριο Γεώργιο Κανετάκη για την υποδειγματική φιλοξενία τους καθώς και την άψογη συνεργασία που είχαμε.

Η ΠΡΟΙΣΤΑΜΕΝΗ

ΣΟΦΙΑ ΑΠΕΡΓΗ

Φωτογραφικό υλικό από την Ημερίδα



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΑΤΤΙΚΗΣ



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης.







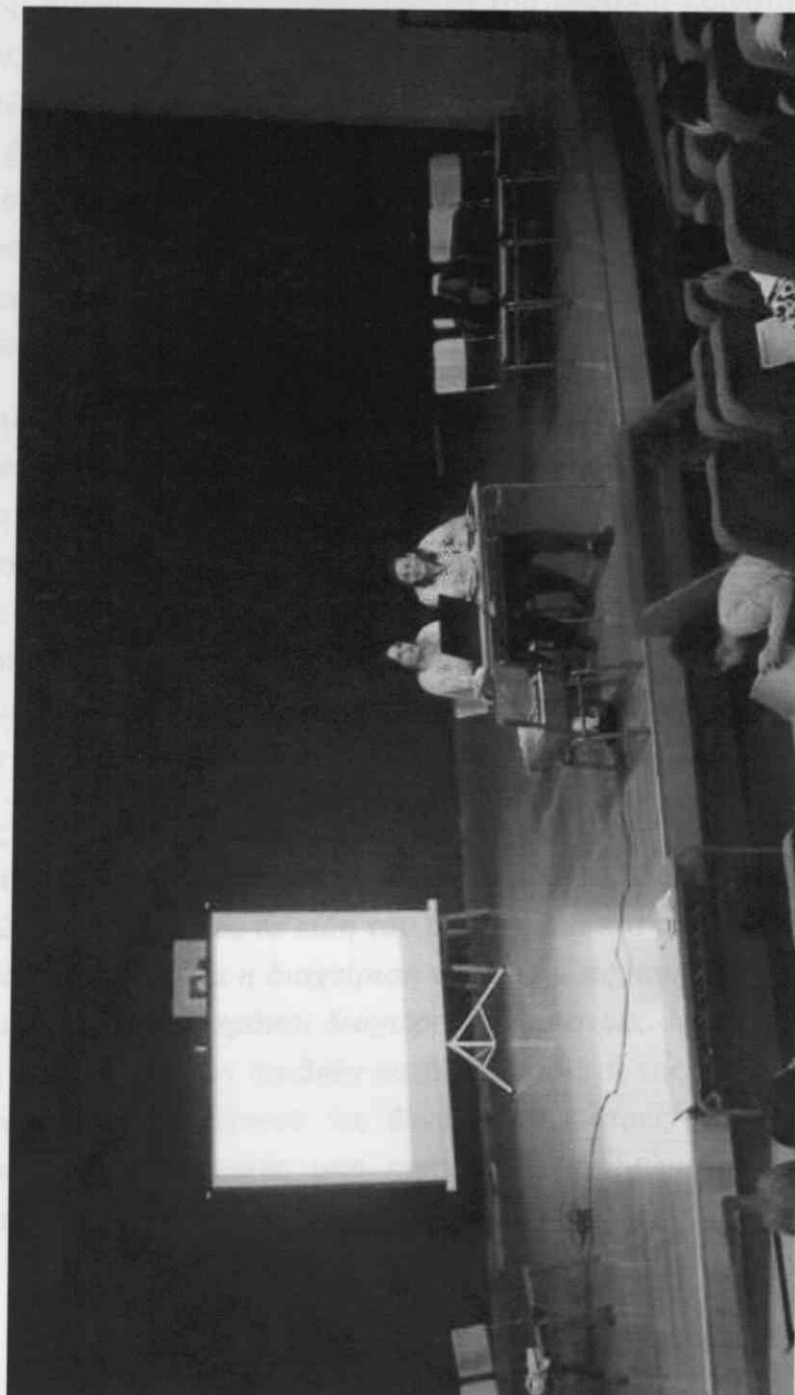


ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ

της την επόμενη περίοδο. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε Δευτέρα 13/5/2019, ελεύθερη πρόσβαση. Ήταν η πρώτη από τις «Εργαστηριακές» συναντήσεις με τη Ψυχολόγο του Κέντρου Αμαλία Δημητριάδη, με Πανελλήνιων Επιστημόνων.

Ο σκοπός της εκδήλωσης ήταν να ενημερωθούν οι εκπαιδευτικοί και να συζητηθούν οι προβληματικές που αντιμετωπίζουν στην πράξη για νέες δράσεις από το Κέντρο.

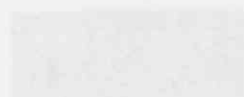
Στη συνάντηση μετείχαν εκπαιδευτικοί από τα σχολεία που διδάσκουν στην περιοχή. Οι εκπαιδευτικοί συζητούν με την Αμαλία Δημητριάδη, η οποία τους ενημερώνει για τις δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στο Κέντρο και τους προτείνει να συμμετάσχουν σε αυτές.



στη συνέχεια, η Αμαλία Δημητριάδη, εκπαιδευτικός και Ψυχολόγος, ενημέρωσε τους εκπαιδευτικούς για την λειτουργία του Κέντρου και τους προτείνει να συμμετάσχουν σε αυτές.

Ακολουθώντας την εκδήλωση, οι εκπαιδευτικοί ενημερώθηκαν για την λειτουργία του Κέντρου και τους προτείνει να συμμετάσχουν σε αυτές.

Οι εκπαιδευτικοί ενημερώθηκαν για την λειτουργία του Κέντρου και τους προτείνει να συμμετάσχουν σε αυτές.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

