



Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.)
Β΄ Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών
Νοσοκομείο Παιδών «Π. & Α. Κυριακού»



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

ΕΦΗΒΕΙΑ ΑΠΟ ΤΟ Α ΕΩΣ ΤΟ Ω

Μια Ακαδημία για Γονείς

Η οικογένεια αποτελεί το πρώτο περιβάλλον των παιδιών και συμβάλλει τα μέγιστα στη σωματική και ψυχοκοινωνική τους υγεία. Ο ρόλος του γονέα είναι ο πιο συναρπαστικός για τους περισσότερους από εμάς, ωστόσο δεν προετοιμαζόμαστε γ' αυτόν. Είναι ένας ρόλος με προκλήσεις, απαιτήσεις, αλλά και χαρά, ικανοποίηση, συγκινήσεις και πολλά επιτεύγματα.

Η εμπειρία μας μέσα από το κλινικό έργο, αλλά και τις εκπαιδευτικές και ερευνητικές δράσεις, αποδεικνύει ότι οι γονείς είναι η πιο ουσιαστική, αλλά και ευάλωτη ομάδα που «διψά» για ενημέρωση και της δίνονται αποσπασματικές ευκαιρίες για κάτι τέτοιο. Στην περίοδο της κοινωνικοοικονομικής κρίσης, η Ελληνική οικογένεια δοκιμάζεται και τα παιδιά είναι οι αποδέκτες της πίεσης. Είναι απαραίτητη η στήριξη της οικογένειας, προκειμένου να διαχειριστεί με όσο το δυνατό λιγότερο κόστος τα προβλήματα που τυχόν θα προκύψουν. Η πρόοδος της τεχνολογίας με ρυθμούς καλπάζοντες τους οποίους δεν μπορούν να ακολουθήσουν πολλές φορές οι γονείς, η αυξανόμενη βία της εποχής μας, ο γρήγορος ρυθμός, η προβολή προτύπων από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης, η φυσική απουσία του γονέα λόγω εργασίας δυσχεραίνουν τη σχέση ανάμεσα σε γονέα και παιδί. Ο γονιός νιώθει ανυπεράσπιστος και δηλώνει άγνοια ως προς την πρόληψη και αντιμετώπιση «δύσκολων» συμπεριφορών.

Ωστόσο, η στήριξη της ηλικιακής ομάδας των εφήβων αποτελεί κεφάλαιο για το μέλλον κάθε κοινωνίας για παραπάνω από ένα λόγους:

- ✓ Αριθμητικά, ΟΙ ΕΦΗΒΟΙ αποτελούν το 12% του πληθυσμού της χώρας
- ✓ Είναι ο «καθρέφτης» των προβλημάτων της κοινωνίας όπου ζουν και αναπτύσσονται
- ✓ Τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν είναι συχνά αντιμετώπισιμα και προλήψιμα (>60%)
- ✓ Σταδιακά αυτονομούνται και αναλαμβάνουν την ευθύνη την ευθύνη της ζωής και της υγείας τους
- ✓ Αποκτούν τις συνήθειες και γνώσεις που θα τους ακολουθήσουν στην ενήλικη ζωή και θα καθορίσουν την ποιότητά της
- ✓ Είναι η ευκαιρία μας να δημιουργήσουμε υγιείς, λειτουργικούς και ευτυχισμένους, παραγωγικούς ενήλικες και να έχουμε σαν κοινωνία προσωπικό, κοινωνικό και οικονομικό όφελος
- ✓ Εστιάζοντας στους σημερινούς εφήβους, μπορούμε να μειώσουμε σε σημαντικό βαθμό τα νοσήματα φθοράς (παχυσαρκία, οστεοπόρωση, ορισμένες κακοήθειες, καρδιαγγειακά νοσήματα, ψυχικά νοσήματα) και της υγείας τους
- ✓ Αποκτούν τις συνήθειες και γνώσεις που θα τους α ζωή και θα καθορίσουν την

ΟΜΙΛΗΤΕΣ

Έγκριτοι και έμπειροι επιστήμονες με κύρος στο αντικείμενό τους και συγγραφικό έργο θα αναλάβουν την ενημέρωση/εκδήλωση.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

Οι συναντήσεις θα πραγματοποιούνται τη δεύτερη Τετάρτη κάθε μήνα, 5:30 μ.μ.- 7:30 μ.μ. στην αίθουσα EUROPA Β στο ξενοδοχείο PRESIDENT, (Λεωφ. Κηφισίας 43).

Επικοινωνία: 80011 80015 (χωρίς χρέωση), [e-mail: info@youth-health.gr](mailto:info@youth-health.gr) ή/και info@youth-life.gr.

Ακολουθεί και αναλυτικό πρόγραμμα με τις ημερομηνίες και την ακριβή θεματολογία.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΩΝ

18/11/2015

«Η συναρπαστική περίοδος της εφηβείας (ορισμός, ηλικιακά όρια, δείκτες ποιότητας ζωής, κοινωνική πραγματικότητα κλπ)»

09/12/2015

«Ανάπτυξη του εφήβου (σωματική ανάπτυξη, εφηβικός εγκέφαλος, συμπεριφορά, τρόπος σκέψης, σχέσεις)»

13/01/2016

«Πρόληψη (οδηγίες για διατροφή, άσκηση, ύπνο, εμβολιασμούς, άθληση, χρήση συσκευών κλπ)»

10/02/2016

«Έκθεση σε κίνδυνο (κάπνισμα, αλκοόλ, ουσίες, σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, διαδίκτυο, τυχερά παιχνίδια)»

09/03/2016

«Σεξουαλικότητα – Διαφυλικές σχέσεις»

13/04/2016

«Ψυχική Υγεία (άγχος, καταθλιπτικό συναίσθημα, αυτοκτονικότητα, αυτοτραυματισμός, διαχείριση θυμού)»

11/05/2016

«Διατροφή - Διαταραχές πρόσληψης τροφής (ανορεξία, βουλιμία, άτυπες)»

08/06/2016

«Χρήση τεχνολογίας - Σχολικός εκφοβισμός (Bullying)»

13/07/2016

«Μαθησιακές δυσκολίες – Διάσπαση προσοχής»

27/07/2016

«Προσέγγιση του εφήβου – Η σχέση με την οικογένεια»