

## Ενημέρωση για **ΓΟΝΕΙΣ**



Ως γονείς, σε όποια φάση του ρόλου μας κι αν βρισκόμαστε, μοιραζόμαστε κοινές ανησυχίες, βιώματα και ερωτήματα. Πολύ συχνά, καλούμαστε να αντιμετωπίσουμε αλλαγές και προκλήσεις χωρίς να νιώθουμε ότι είμαστε προετοιμασμένοι. Η συμμετοχή σε ομάδες με άλλους γονείς που έχουν τις ίδιες ανάγκες με εμάς και με το συντονισμό από επαγγελματίες της ψυχικής υγείας, μας εμπυχώνει και μας δίνει δύναμη, ελπίδα αλλά και δεξιότητες διαχείρισης των θεμάτων που προκύπτουν στην οικογένεια.

Το Κέντρο Πρόληψης οργανώνει κάθε χρόνο:

- ομιλίες σε συλλόγους γονέων,
- ατομικές όσο και οικογενειακές συναντήσεις συμβουλευτικής
- βιωματικά εργαστήρια μικρής διάρκειας αλλά και
- ομάδες μεγαλύτερης διάρκειας για την επεξεργασία θεμάτων που αφορούν τους γονείς παιδιών όλων των ηλικιών, όπως η επικοινωνία στην οικογένεια, οι συγκρούσεις, η διαφορετικότητα, η αυτοεκτίμηση, οι εξαρτητικές συμπεριφορές, η οριοθέτηση, η αυτονόμηση, η προσαρμογή σε ένα κόσμο που συνεχώς αλλάζει και πολλά άλλα.

Επικοινωνήστε μαζί μας στα τηλέφωνα 2661041111 και 36327 σε εργάσιμες ημέρες και ώρες 9.00-15.00 μμ για περισσότερες πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής στο τρέχον πρόγραμμα του Κέντρου ή για να κλείσετε ραντεβού για συναντήσεις ατομικής συμβουλευτικής

Επίσης γίνετε «φίλοι» μας στο fb (θα μας βρείτε ως *kentro prolipsis kerkyras*), ή για να μας παρακολουθείτε όποτε το θελήσετε στο fb, δείτε το **Κέντρο πρόληψης των εξαρτήσεων-προαγωγής της ψυχοκοινωνικής υγείας Κέρκυρας**.

Όλες οι υπηρεσίες του Κέντρου Πρόληψης παρέχονται δωρεάν

