

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

Γνώση που σώζει ζωές!

Στο Λύκειο
μαθαίνουμε,
προετοιμαζόμαστε,
προσφέρουμε.



ΚΑΛΕΣΕ
το 166



ΕΛΕΓΞΕ
τις αισθήσεις
και την αναπνοή



ΦΡΟΝΤΙΣΕ
μικροτραυματισμούς
και αιμορραγίες



ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕ
σε θέση
ασφαλείας



ΜΕΙΝΕ ΨΥΧΡΑΙΜΟΣ
και ζήτησε βοήθεια
όταν χρειάζεται

Ο καθένας
μπορεί να βοηθήσει!



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
«Πρώτες βοήθειες:
Μαθαίνοντας να
Προστατεύουμε
Ζωές»



2025-2026

ΣΚΟΠΟΣ του προγράμματος



Η απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων για την άμεση και αποτελεσματική παρέμβαση σε επείγοντα περιστατικά υγείας, με στόχο τη διάσωση ζωής.

ΣΤΟΧΟΙ του προγράμματος

Γνωστικοί

- ❑ Απόκτηση βασικών γνώσεων πρώτων βοηθειών
- ❑ Κατανόηση της σημασίας της άμεσης παρέμβασης

Συναισθηματικοί

- ❑ Καλλιέργεια υπευθυνότητας και αλληλεγγύης
- ❑ Ενίσχυση της αυτοπεποίθησης σε καταστάσεις κρίσης

Ψυχοκινητικοί

- ❑ Ανάπτυξη βασικών πρακτικών δεξιοτήτων (ΚΑΡΠΑ, αντιμετώπιση πνιγμού)
- ❑ Εξάσκηση στη σωστή εφαρμογή πρώτων βοηθειών

Βασικές Θεματικές ενότητες

- Βασικές αρχές πρώτων βοηθειών
- Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ)
- Αντιμετώπιση περιστατικών πνιγμού
- Πρώτες βοήθειες σε συχνά ατυχήματα (τραυματισμοί, αιμορραγίες, λιποθυμικά επεισόδια) Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη σωστή εκτίμηση της κατάστασης και στην ασφαλή παροχή βοήθειας





Συνεργασία με τον ανθρωπιστικό
οργανισμό *KIDS SAVE LIVES* - Τα Παιδιά
Σώζουν Ζωές



Θεωρητική προσέγγιση

Οι μαθητές της Β Λυκείου "έσωσαν ζωές" ...
διαδικτυακά με KIDS SAVE LIVES

**Την Τετάρτη 5 Νοεμβρίου,
η Β Λυκείου του ΓΕΛ
Χορτιάτη μπήκε για λίγο
στον ρόλο του διασώστη,
μέσα από μια δυναμική
διαδικτυακή ενημέρωση
Πρώτων Βοηθειών από το
KIDS SAVE LIVES.**





Οι μαθητές ταξίδεψαν στον κόσμο της άμεσης βοήθειας, μαθαίνοντας τι πρέπει να κάνει κάποιος όταν:

- ένα άτομο πνίγεται από τροφή και τα δευτερόλεπτα μετράνε
- κάποιος χάνει τις αισθήσεις του και χρειάζεται άμεση αξιολόγηση
- απαιτείται ΚΑΡΠΑ, με ρυθμό που "κρατάει τη ζωή μέσα στον χρόνο"
- απλές πρακτικές για τη διαχείριση λιποθυμίας και άλλων συνηθισμένων περιστατικών



Με απλές οδηγίες,
παραδείγματα και καθαρά
βήματα, οι μαθητές είδαν
ότι η γνώση Πρώτων
Βοηθειών δεν είναι μαγικό
κόλπο, αλλά μια δεξιότητα
που μπορεί να κάνει ο
καθένας. Και, πάνω από όλα,
ότι ένα ψύχραιμο μυαλό και
δύο χέρια μπορούν
πραγματικά να κάνουν τη
διαφορά.

Πρακτική εξάσκηση Α' μέρος

Η μέντορας του οργανισμού κα Μαρία Καραμητρούδη είχε τον κύριο ρόλο της εκπαιδεύτριας, ενώ η ΕΦΑ του σχολείου συμμετείχε ως βοηθός εκπαιδεύτρια.



Η εκπαίδευση επικεντρώθηκε στις βασικές δεξιότητες παροχής Πρώτων Βοηθειών

- Αξιολόγηση περιστατικού
- Κλήση για βοήθεια
- Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ),





Πρακτική εξάσκηση Α' μέρος

- Πνιγμονή
- Θέση ανάνηψης

Χρήση Απινιδωτή

Δόθηκε έμφαση στη σωστή
χρήση του Αυτόματου
Εξωτερικού Απινιδωτή (ΑΕΑ),
τον οποίο διαθέτει και το
σχολείο μας, καθώς και στην
 ενημέρωση για τη δωρεάν
εφαρμογή iSAVElives app, μέσω της
οποίας οι πολίτες μπορούν να
συνδράμουν άμεσα σε
περιστατικά έκτακτης ανάγκης.





Β' μέρος Πρακτική εξάσκηση μαθητών

Επανάληψη της διαδικασίας με τον κεντρικό ρόλο του διασώστη στους μαθητές.
Κύριο ρόλο εκπαιδεύτριας είχε η ΕΦΑ ενώ η μέντορας του οργανισμού και οι
συμμετέχουσες εκπαιδευτικοί στο πρόγραμμα ήταν βοηθοί.



ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ

- Ενίσχυση της αυτοπεποίθησης
- Ανάπτυξη της ετοιμότητας να ανταποκριθούν σε επείγουσες καταστάσεις,
- Καλλιέργεια του αισθήματος ευθύνης και προσφοράς προς τον συνάνθρωπο.

Παρουσίαση του
προγράμματος στο
ενδοσχολικό
φεστιβάλ
παρουσίασης
προγραμμάτων και
δράσεων 2025-2026

Πέμπτη 14/5/2026



ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

ΑΒΡΑΜΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
ΑΓΚΑΤΖΑΝΙΑΝ ΑΪΝΟΥΡ
ΑΓΚΑΤΖΑΝΙΑΝ ΑΪΣΟΝΑ
ΑΚΩΝΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΡΕΪΖ
ΓΚΟΓΚΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ
ΔΙΑΜΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ
ΖΗΣΗ ΝΙΚΗ
ΘΩΜΟΥΔΗΣ ΜΑΡΙΟΣ
ΚΑΝΑΚΟΥΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΚΑΡΑΝΑΣΤΑΣΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ
ΚΟΝΤΟΠΟΥΛΟΥ ANNA
ΛΟΓΓΟΥ ΤΡΙΑΔΑ

ΜΕΪΧΑΝΕΤΖΙΔΟΥ ΕΙΡΗΝΗ
ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΣ, ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ
ΜΠΑΛΛΑ ΑΡΓΥΡΩ
ΝΤΑΓΚΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ
ΝΤΑΟΥΛΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
ΠΑΡΠΑΛΙΤΗΣ, ΑΓΓΕΛΟΣ
ΠΕΠΟΝΗΣ ΛΑΖΑΡΟΣ
ΡΕΠΠΑΣ ΦΙΛΙΠΠΟΣ
ΣΑΜΑΡΑΣ, ΑΣΤΕΡΙΟΣ
ΣΚΑΡΑΓΚΑ, ΕΛΙΣΑΒΕΤ
ΤΑΣΟ, ΝΙΚΟ
ΤΑΤΣΗ ΖΩΗ



ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΡΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ

Ελισσάβετ Μηλιάδου, Μαθηματικός

ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ

Στυλιανή Λαλάγκα, Φυσικής Αγωγής
Άννα Μιχοπούλου, Βιολόγος



2025-2026