

ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ  
ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ ΧΑΝΙΩΝ  
Μιχελιδάκη 17, Χανιά ΤΚ 73132  
Τηλ./Φαξ: 28210 28166, 28210 51214  
E-mail: [Kepronch@otenet.gr](mailto:Kepronch@otenet.gr)  
[www.prolipsichania.gr](http://www.prolipsichania.gr)

Χανιά: 7. 10. 2021  
Αρ.Πρωτ. 249

Σε συνεργασία με τον  
Οργανισμό κατά των  
Ναρκωτικών ΟΚΑΝΑ



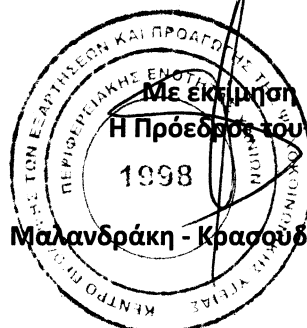
#### ΠΡΟΣ ΠΡΟΙΣΤΑΜΕΝΟ/ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ

Το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Περιφερειακής Ενότητας Χανίων σε συνεργασία με τον ΟΚΑΝΑ διοργανώνει ομάδα περιπάτου με τίτλο " Φροντίζομαι για να Φροντίζω " διάρκειας 7 δίωρων συναντήσεων για μητέρες παιδιών όλων των ηλικιών. Στόχος της ομάδας με αφορμή τον περίπατο κοντά στη φύση και σε όμορφες περιοχές της πόλης των Χανίων, αποτελεί η φροντίδα εαυτού ψυχής εν σώματι, αφού είναι διαπιστωμένο ότι ο γονιός που επιθυμεί να φροντίσει αποτελεσματικά τα μέλη της οικογένειάς του, χρειάζεται πρώτιστα να ξεκινήσει από την φροντίδα του εαυτού του.

Το πρόγραμμα με ημερομηνία έναρξης την Παρασκευή 15 Οκτωβρίου και ημερομηνία λήξης την Παρασκευή 26 Νοεμβρίου 2021, θα πραγματοποιείται εβδομαδιαίως κάθε Παρασκευή από τις 9.30 έως τις 11.30 το πρωί. Η ομάδα θα είναι ολιγάριθμη και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Η συμμετοχή στο πρόγραμμα στο οποίο θα τηρείται το εκάστοτε πρωτόκολλο του ΕΟΔΥ, δεν απαιτεί καμία οικονομική επιβάρυνση.

Γνωρίζοντας την ευαισθητοποίησή σας σε τέτοιου είδους παρεμβάσεις, θα σας παρακαλούσαμε να αναρτήσετε την ανακοίνωση που σας αποστέλλουμε σε μέρος εμφανές του νηπιαγωγείου καθώς και να την προωθήσετε στις μητέρες των παιδιών με κάθε τρόπο που εσείς κρίνετε πρόσφορο και αποτελεσματικό ( όπως αποστολή του προγράμματος στα κινητά τηλέφωνα των μητέρων ).

Ελπίζοντας στη θετική σας ανταπόκριση, σας ευχαριστούμε για την συνεργασία.



Με εκτίμηση  
Η Πρόεδρος του Δ.Σ

1998

Μαλανδράκη - Κρασουδάκη Σοφία

ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ  
ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ ΧΑΝΙΩΝ  
Μιχελιδάκη 17, Χανιά ΤΚ 73132  
Τηλ./Φαξ: 28210 28166, 28210 51214  
E-mail: [Kepronch@otenet.gr](mailto:Kepronch@otenet.gr)  
[www.prolipsichania.gr](http://www.prolipsichania.gr)

Χανιά: 7.10.2021  
Αρ.Πρωτ. 251

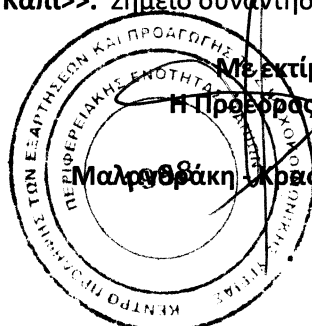
Σε συνεργασία με τον  
Οργανισμό κατά των  
Ναρκωτικών ΟΚΑΝΑ



**ΟΜΑΔΑ ΠΕΡΙΠΑΤΟΥ «ΦΡΟΝΤΙΖΟΜΑΙ ΓΙΑ ΝΑ ΦΡΟΝΤΙΖΩ» ΓΙΑ ΜΗΤΕΡΕΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΝ.**

Το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Περιφερειακής Ενότητας Χανίων σε συνεργασία με τον ΟΚΑΝΑ διοργανώνει ομάδα περιπάτου με τίτλο "Φροντίζομαι για να Φροντίζω" διάρκειας 7 δίωρων συναντήσεων για μητέρες παιδιών όλων των ηλικιών. Στόχος της ομάδας με αφορμή τον περίπατο κοντά στη φύση και σε όμορφες περιοχές της πόλης των Χανίων, αποτελεί η φροντίδα εαυτού ψυχής εν σώματι, αφού είναι διαπιστωμένο ότι ο γονιός που επιθυμεί να φροντίσει αποτελεσματικά τα μέλη της οικογένειάς του, χρειάζεται πρώτιστα να ξεκινήσει από την φροντίδα του εαυτού του. Το πρόγραμμα με ημερομηνία έναρξης την Παρασκευή 15 Οκτωβρίου και ημερομηνία λήξης την Παρασκευή 26 Νοεμβρίου 2021, θα πραγματοποιείται εβδομαδιαίως κάθε Παρασκευή από τις 9.30 έως τις 11.30 το πρωί. Η ομάδα θα είναι ολιγάριθμη και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Η συμμετοχή στο πρόγραμμα στο οποίο θα τηρείται το εκάστοτε πρωτόκολλο του ΕΟΔΥ, δεν απαιτεί καμία οικονομική επιβάρυνση. Για πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής: οι ενδιαφερόμενες μπορούν να επικοινωνούν με την Γραμματεία του Κέντρου Πρόληψης στα τηλέφωνα 2821028166, 2821051214, στην ιστοσελίδα [www.prolipsi.chania.gr](http://www.prolipsi.chania.gr) και στο f: Κέντρο Πρόληψης Π.Ε Χανίων. Συντονίστριες: Αλεξάνδρα Τερεζάκη, Κοινωνιολόγος και Ιωάννα Νυσταζάκη, Κοινωνική Λειτουργός. Ακολουθεί αναλυτικά το πρόγραμμα:

- Παρασκευή 15/10/21 ώρα 9.30 – 11.30: Περίπατος << Πάρκο Χλωρίδας και Πανίδας >>. Σημείο συνάντησης: Τάφοι Βενιζέλων.
- Παρασκευή 22/10/21 ώρα 9.30 – 11.30: Περίπατος << Κουμπελής>>. Σημείο συνάντησης: 7<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Χανίων.
- Παρασκευή 29/10/21 ώρα 9.30 – 11.30 : Περίπατος << Μονοπάτι Αγ. Ονουφρίου >>. Σημείο συνάντησης: Παραλία Αγ. Ονουφρίου.
- Παρασκευή 5/11/21 ώρα 9.30 – 11.30 : Περίπατος << Καμπάνι -Σκοπευτήριο Χανίων>>. Σημείο συνάντησης: Σούπερ Μάρκετ Χαλκιαδάκης (έναντι Πολυτεχνείου).
- Παρασκευή 12/11/21 ώρα 9.30 – 11.30: Περίπατος << Ταμπακαριά >>. Σημείο συνάντησης: Πλατεία Έλενας Βενιζέλου, Χαλέπα.
- Παρασκευή 19/11/21 ώρα 9.30 – 11.30: Περίπατος << Πολυτεχνείο Κρήτης >>. Σημείο συνάντησης: Πολυτεχνείο Κρήτης (έναντι γηπέδου τένις).
- Παρασκευή 26/11/21 ώρα 9.30 – 11.30: Περίπατος << Δημοτικός Κήπος - Παραλία Κουμ Καπί>>. Σημείο συνάντησης: Δημοτικός Κήπος Χανίων.



Με εκτίμηση  
Η Πρόεδρος του Δ.Σ

Μαργαρίτα Κρασουδάκη Σοφία