The background is a solid light green color. It is decorated with several white and light green silhouettes of butterflies and flowers, scattered across the page. The butterflies are of various sizes and orientations, some appearing to fly towards the center. The flowers are also in various stages of bloom, with some showing distinct petals and centers.

Αγωγή Υγείας στη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Α΄ Αθήνας

Μαρία Χιόνη
MSc Προαγωγής & Αγωγής Υγείας Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ
Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Δ.Δ.Ε. Α΄ Αθήνας

Αθήνα, 10-11-2011

Από ποιους παράγοντες εξαρτάται η υγεία

Η υγεία (**βιολογική, ψυχική και κοινωνική**) ενός ατόμου εξαρτάται κατά:

- ✓ 20% από βιολογικούς παράγοντες
- ✓ 20-30% από το φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον
- ✓ 10-20% από τις υπηρεσίες υγείας
- ✓ 40-50% από την ανθρώπινη συμπεριφορά

Προαγωγή και αγωγή υγείας

Η **προαγωγής της υγείας** στοχεύει σε:

- ✓ αναβάθμιση του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντος
- ✓ διαμόρφωση υγιών στάσεων και συμπεριφορών

Αγωγή υγείας είναι η υιοθέτηση υγιών στάσεων και συμπεριφορών μέσα από **συγκροτημένη εκπαιδευτική δραστηριότητα** και **όχι απλά ενημέρωση** σε θέματα υγείας

Σχολικό έτος 2011-2012



Προγράμματα (5μηνης διάρκειας) βασισμένα :

- ✓στη θεματολογία προαγωγής και αγωγής υγείας
- ✓στο Θεματικό έτος: Υγεία και Παραγωγικές Διαδικασίες
- ✓στο Ευρωπαϊκό έτος Εθελοντισμού

Θεματολογία προγραμμάτων αγωγής υγείας

- ψυχική υγεία
- εξαρτήσεις
- Διατροφή
- ατυχήματα-πρώτες βοήθειες
- κυκλοφοριακή αγωγή
- διαφυλικές σχέσεις-σεξουαλική αγωγή
- στοματική υγιεινή
- καρδιαγγειακά νοσήματα
- φυσική άσκηση

εκπαιδευτικό υλικό

οικονομική κρίση και
υγεία

αποδοχή της
διαφορετικότητας

δικαιώματα

διαχείριση
σχολικής
τάξης

σχολικός
εκφοβισμός
(bullying)

ασφαλής πλοήγηση στο
διαδίκτυο

πρόληψη και
αντιμετώπιση
έκτακτων
καταστάσεων

Προγράμματα αγωγής υγείας (5μηνης διάρκειας)

- ο παραδοσιακή προσέγγιση
- ο μέθοδος ενεργούς συμμετοχής: ερωτηματολόγιο, συζήτηση, παιχνίδια ρόλων, μελέτη περίπτωσης, καταγισμός ιδεών
- ο βιωματική προσέγγιση: απόκτηση δεξιοτήτων (coping skills)
- ο αλληλοδιδασκτική προσέγγιση (peer education)
- ο παρεμβάσεις από εξειδικευμένους φορείς
- ο αξιοποίηση ειδικών ημερών
- ο δημιουργίες
- ο εκδρομές εσωτερικού και εξωτερικού

Υγεία και Παραγωγικές Διαδικασίες

- αδύναμοι κρίκοι στη διατροφική αλυσίδα (βακτήρια, ιοί, παράσιτα, χημικά, τοξίνες)-ασφάλεια και ποιότητα τροφίμων
- εργατικά ατυχήματα, επαγγελματικές νόσοι
- γυναίκα και εργασία
- εργασία παιδιών και εφήβων
- κίνδυνοι στο επαγγελματικό περιβάλλον (φυσικού, χημικού, βιολογικού, ψυχολογικού, κοινωνικού χαρακτήρα)
- υγιεινή και ασφάλεια στο σχολείο

Συναισθηματική Ασφάλεια

Βία, Άγχος, Διαφορετικότητα, Ουσίες, Διαφυλικές σχέσεις

Οδική Ασφάλεια

Κράνος, Ζώνη, Επικίνδυνη οδήγηση

Ασφαλής Διατροφή

Κυλικείο

Αντιμετώπιση
Σεισμού

Ασφαλές Σχολείο
Πρόληψη

Φύλαξη -
Φωτισμός

Αντιμετώπιση
Πυρκαϊάς
Πυροσβεστήρες

Αντιμετώπιση
Ατυχημάτων
Πρώτες βοήθειες

Κτιριακή Ασφάλεια
Έλεγχος επικίνδυνων περιοχών,
κιγκλιδωμάτων, τζαμιών

Καθαριότητα - Αισθητική Χώρου
Καλάθια, Κάδοι ανακύκλωσης, Τουαλέτες,
Διακόσμηση χώρου,
Αύλιος χώρος, Δενδροφύτευση

Ευρωπαϊκό έτος Εθελοντισμού

υγιής απάντηση στην
αδράνεια και την
αποχή

- ✓ εθελοντική αιμοδοσία, δωρεά ιστών και οργάνων
- ✓ εθελοντισμός και πρόληψη/αντιμετώπιση φυσικών καταστροφών
- ✓ εθελοντισμός και δικαιώματα του παιδιού
- ✓ εθελοντισμός και ευάλωτες κοινωνικά ομάδες
- ✓ ανάγκες της σχολικής κοινότητας και σύνδεσή τους με τους αντίστοιχους εθελοντικούς φορείς
- ✓ σύνδεση προγραμμάτων άλλης θεματολογίας με το αντικείμενο

απόκτηση δεξιοτήτων σε θέματα κοινωνικής προσφοράς

Δράσεις που αφορούν στη μαθητική κοινότητα

- Μακρόχρονες παρεμβάσεις
- Βραχύχρονες παρεμβάσεις

σε οποιαδήποτε
άλλη περίπτωση
χρειάζεται αίτημα
για χορήγηση άδειας

Προϋπόθεση: φορείς που έχουν

- ✓ **άδεια** από το ΥΠΔΜΘ (ΕΛΙΚΑΡ, Ελληνικό Ίδρυμα Καρδιολογίας, UNICEF, Γιατροί του Κόσμου, Ελληνική Εταιρεία Οικογενειακού Προγραμματισμού)
- ✓ **συμφωνία συνεργασίας** με ΥΠΔΜΘ (Κέντρα Πρόληψης ΟΚΑΝΑ)

Γραμμή βοήθειας για την κατάθλιψη

**210-
6515600**

- είναι τηλεφωνική γραμμή του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας
- λειτουργεί καθημερινά (9.00-18.00)
- μπορούν να απευθυνθούν εκπαιδευτικοί, γονείς και έφηβοι
- απαντούν ειδικοί ψυχικής υγείας στο πλαίσιο της ευρύτερης ενημέρωσης για την ψυχική υγεία των εφήβων μαθητών
- γίνονται παραπομπές σε δημόσιους φορείς

Εκπαίδευση εκπαιδευτικών

συνέδρια, σεμινάρια, ημερίδες, διημερίδες, εσπερίδες, εργαστήρια

Νοέμβριος 2011

✓τρία σεμινάρια για την πρόληψη χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών

οΚΠ Αθηνά Πρόμαχος: δύο ομάδες εκπαιδευτικών, 12 συναντήσεις (έναρξη 7/11)

οΚΠ Αθηνά Υγεία: εκπαιδευτικοί νυχτερινών & απογευματινών σχολείων, 5 δίωρες συναντήσεις (έναρξη 15/11)

οΚΠ Ζωγράφου: εκπαιδευτικοί 7^{ου} Γραφείου, σχολείων Δήμου Βύρωνα και Καισαριανής & αντιστοίχων ΕΠΑΛ/ΕΠΑΣ, 4 τρίωρες συναντήσεις (έναρξη 16/11)

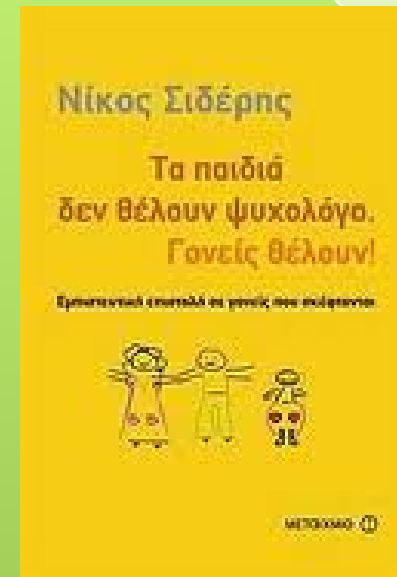
✓σεμινάριο σε θέματα προάσπισης Ανθρώπινων Δικαιωμάτων και προσφύγων (24/11)

Δεκέμβριος 2011

✓Πανελλήνιο συνέδριο για την πρόληψη του καπνίσματος (8-10/12): ΕΠΑΣ Αθήνας, 3^ο Εσπερινό ΕΠΑΛ Ν. Φιλαδέλφειας

υπάρχει η δυνατότητα σχεδιασμού εκπαίδευσης σε επίπεδο σχολικής μονάδας

Γονείς



- ✓ Η επικοινωνία με τους γονείς στην έναρξη του προγράμματος με επιστολή
- ✓ Το ολοκληρωμένα προγράμματα αγωγής υγείας περιλαμβάνουν και την εκπαίδευση γονέων



Τελειώνοντας...

