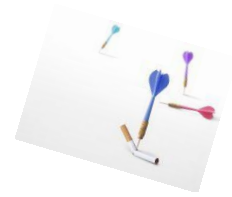


## Διαδικτυακή Συνάντηση Κινητοποίησης για τη Διακοπή Του Καπνίσματος



### «ΔΙΝΩ ΧΡΟΝΟ ΓΙΑ ΣΚΕΨΗ»

Το Κέντρο Πρόληψης Δίκτυο Άλφα, μετά από 10 χρόνια εμπειρίας στο συντονισμό ομάδων ψυχολογικής υποστήριξης για τη διακοπή του καπνίσματος, σας προσκαλεί σε **διαδικτυακή συνάντηση** μέσω της πλατφόρμας ZOOM με στόχο την **κινητοποίηση και την αύξηση της ετοιμότητας για διακοπή καπνίσματος**. Στη συνάντηση μπορούν να συμμετέχουν κάτοικοι των Δήμων Αμπελοκήπων - Μενεμένης, Κορδελιού – Ευόσμου, Παύλου Μελά, Ωραιοκάστρου, Δέλτα και Χαλκηδόνας.



#### Θέματα που θα συζητηθούν:

- Οι ανάγκες που καλύπτω καπνίζοντας
- Οι επιπτώσεις του καπνίσματος
- Τρόποι διακοπής
- Τι θα συμβεί αν το κόψω;
- Πώς να κάνω την προσπάθειά μου για τη διακοπή του καπνίσματος να πετύχει;

Υλοποίηση: **Τρίτη και 13 ... Οκτωβρίου 2020, 10:00 - 12:00** το πρωί

Για να δηλώσετε τη συμμετοχή σας παρακαλούμε τηλεφωνήστε στο **2310729090** μέχρι την Παρασκευή 9 Οκτωβρίου. Στους ενδιαφερόμενους θα αποσταλεί ο σύνδεσμος (link) της συνάντησης, με τις περαιτέρω διαδικαστικές λεπτομέρειες.

#### Συντονίστριες:

Μακρογιάννη Χριστίνα, Ψυχολόγος, MSc, Στέλεχος Πρόληψης Δικτύου Άλφα

Μαρόγλου Φωτεινή, Ψυχολόγος, MSc, Ψυχοθεραπεύτρια, Στέλεχος Πρόληψης Δικτύου Άλφα

*Το Κέντρο Πρόληψης «Δίκτυο Άλφα» λειτουργεί από το 2001, προσφέροντας ατομική συμβουλευτική, ομιλίες και βιωματικά σεμινάρια σε γονείς, εκπαιδευτικούς, νέους και πολίτες της Δυτικής Θεσσαλονίκης με στόχο την προαγωγή της ψυχικής υγείας και την πρόληψη επικίνδυνων συμπεριφορών και εξαρτήσεων.*



*Οι υπηρεσίες παρέχονται δωρεάν*

Κέννεντυ 32, 56121, Αμπελόκηποι, 2310729090, [info@diktioalpha.gr](mailto:info@diktioalpha.gr),

[www.diktioalpha.gr](http://www.diktioalpha.gr), [www.facebook.com/DiktyoAlfa](https://www.facebook.com/DiktyoAlfa)