



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΠΕΡΙΦ/ΚΗ Δ/ΝΣΗ Π.Ε. & Δ.Ε. ΔΥΤ. ΕΛΛΑΔΑΣ  
Δ/ΝΣΗ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΧΑΪΑΣ  
ΤΜΗΜΑ Ε΄ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ  
ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ



Υπεύθυνη : Θωμοπούλου Ιωάννα  
Δ/νση : Γιαννιτσών 5 και Ηπείρου  
Ταχ. Κώδ. : 26223 ΠΑΤΡΑ  
Τηλέφωνο : 2610-465837  
Φαξ : 2610-465836  
E-mail: [health-promotion@dide.ach.sch.gr](mailto:health-promotion@dide.ach.sch.gr)

Χρόνος Διατήρησης:  
Βαθμός Ασφαλείας:  
Βαθμός Προτεραιότητας:

Πάτρα, 12/10/2020

Αρ. Πρωτ.: 19423

ΠΡΟΣ:

Σχολικές Μονάδες Δ/θμιας Εκπ/σης  
Αχαΐας

ΚΟΙΝ.:

Περιφ/κή Δ/νση ΠΕ & ΔΕ Δυτ. Ελλάδας  
ΠΕ.ΚΕ.Σ. Δυτικής Ελλάδας

ΘΕΜΑ:

«Θεματικές και Δίκτυα ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ»

ΣΧ.: η με Αρ. Πρωτ. 137053/ΓΔ4/09-10-2020 Εγκύκλιος του Υ.ΠΑΙ.Θ. για τον Σχεδιασμό και Υλοποίηση Προγραμμάτων Σχολικών Δραστηριοτήτων

### ΣΤΟΧΟΘΕΣΙΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ:

Η Αγωγή Υγείας, όπως ορίζεται από τα σχετικά κείμενα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, στοχεύει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων και κριτικής σκέψης των μαθητών με την υιοθέτηση υγιών στάσεων και συμπεριφορών αφενός για τη βελτίωση της ψυχικής και σωματικής υγείας και αφετέρου για την αναβάθμιση του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντος.

Επισημαίνεται ότι ο παράγοντας της **υγείας και της ευημερίας** είναι της από 17 στόχους της Ατζέντας για την Αειφόρο Ανάπτυξη της προσεχούς δεκαπενταετίας (2030 Agenda for Sustainable Development). Το τρίπτυχο **Επιβίωση, Ευημερία, Μετασχηματισμός** καθοδηγεί την **Ατζέντα 2030** για την **Αειφόρο Ανάπτυξη** στον τομέα της υγείας. Η υγεία του ατόμου σε κάθε στάδιο της ζωής του επηρεάζει την υγεία του στο μέλλον και έχει σωρευτικά αποτελέσματα για την επόμενη γενιά. Ιδιαίτερη βαρύτητα δίνεται στην υγεία και ευημερία των γυναικών, των παιδιών και των εφήβων.

### Οργάνωση και Υλοποίηση Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Ως προς την επεξεργασία των θεμάτων πρέπει να λαμβάνονται υπόψη οι **βασικές αρχές** των Προγραμμάτων Σχολικών Δραστηριοτήτων, όπως:

- μαθητοκεντρική διαδικασία (ενθάρρυνση της πρωτοβουλίας των μαθητών, χρήση συμμετοχικών και ενεργών διδακτικών τεχνικών, όπως η συζήτηση, το ηθικό δίλημμα, η έρευνα δράσης, η μελέτη περίπτωσης και η οργάνωση του λόγου που βασίζεται στη χρήση επιχειρημάτων κ.ά.)

- συνεργατική μάθηση που ενθαρρύνει την ενεργό συμμετοχή και αλληλεπίδραση των μελών των ομάδων εργασίας, αλλά και των ομάδων μεταξύ τους
- βιωματική και ανακαλυπτική μάθηση, αξιοποιώντας διαδικασίες διεξαγωγής έρευνας, μελέτης πεδίου κ.λπ.
- διεπιστημονική προσέγγιση των θεμάτων και διαθεματικότητα
- δημιουργική και ελεύθερη έκφραση.

Επισημαίνεται ότι θα πρέπει να επιδιώκεται η εμπλοκή όλης της σχολικής, αλλά και της ευρύτερης κοινότητας στο Πρόγραμμα τόσο κατά την εκπόνηση του όσο και κατά την παρουσίασή του, όταν ολοκληρωθεί.

### Επιλογή θεματικού περιεχομένου

Για το σχολ. έτος 2020-2021 προτεινόμενες κεντρικές θεματικές ενότητες είναι:

- α) **«Διακόσια χρόνια από την Επανάσταση του 1821: από το χθες στο σήμερα»**
- β) **Υγειονομική κρίση**

Ειδικότερα, κατά το σχολικό έτος 2020-21 μπορούν να υλοποιηθούν Προγράμματα Αγωγής Υγείας στις παρακάτω θεματικές, τα οποία είναι δυνατό να είναι ανεξάρτητα ή να ενταχθούν στα παρακάτω Τοπικά Θεματικά Δίκτυα Αγωγής Υγείας:

ΤΟΠΙΚΑ ΘΕΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΤΥΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ	
1.	«Έφηβοι Πολίτες του Κόσμου – ΕΝΕΡΓΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ»
2.	«ΠΑΜΜΟΥΣΟΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΑ για Ψυχοκοινωνική Υγεία»
3.	«Κινούμαστε χορεύοντας και περπατώντας – ΛΑΒΥΡΙΝΘΟΣ»
4.	«Έμφυλα χαρακτηριστικά και ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ»
5.	«Μαθαίνω για τη ΖΩΗ: Υγεία πάνω απ' όλα!»
6.	«ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς Εξαρτήσεις»
7.	«ΑΣΦΑΛΩΣ ΖΩ με ποιότητα ζωής»
8.	<b>«Διακόσια χρόνια από την ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ του 1821: από το χθες στο σήμερα»*</b>

\* Το κάθε πρόγραμμα μπορεί να εντάσσεται σε ένα Δίκτυο Αγωγής Υγείας και ταυτόχρονα να ενταχθεί στο δίκτυο **«Διακόσια χρόνια από την ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ του 1821: από το χθες στο σήμερα»**, εφόσον υπάρχει κάποια σχετική ενότητα προς επεξεργασία.

## **Δίκτυο 1.: «Έφηβοι πολίτες του κόσμου - ΕΝΕΡΓΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ»**

Το δίκτυο **αποσκοπεί** στη διεύρυνση και ενδυνάμωση των απαραίτητων **γνώσεων, δεξιοτήτων και αξιών** των μελών των εκπαιδευτικών ομάδων - αλλά και ευρύτερα των μελών των τοπικών κοινωνιών - για την προώθηση, ανάπτυξη και προάσπιση των **ανθρωπίνων δικαιωμάτων**, αλλά και στην ανάδειξη του ρόλου τους ως **ενεργών πολιτών** στην αειφορία των τοπικών κοινωνιών, στη διασφάλιση της αξιοπρέπειας και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Ο ενεργός πολίτης είναι ο ελεύθερος, υπεύθυνος και δημοκρατικός πολίτης. Είναι ενημερωμένος, γνωρίζει τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις του, εκφράζει την άποψή του και συμμετέχει στην κοινωνία. Είναι ο πολίτης ο οποίος με αίσθημα προσωπικής και κοινωνικής ευθύνης ενημερώνεται για τα κοινωνικο-πολιτικά τεκταινόμενα, διεκδικεί τα δικαιώματά του στο δημόσιο χώρο, σέβεται τη διαφορετικότητα και αναλαμβάνει δράση.

### **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ π.χ.:**

- **Από τα συντάγματα της Επανάστασης στη σύγχρονη δημοκρατία**
- Ανθρώπινα δικαιώματα – Δημοκρατία
- Δικαιώματα του πολίτη - Δικαιώματα του παιδιού
- Ειρήνη – Πόλεμος
- Καταπολέμηση στερεοτύπων και διακρίσεων
- Σχολική Βία – εκφοβισμός
- Ρατσισμός, ξενοφοβία, ετερότητα, ανεκτικότητα
- Μετανάστευση - Πρόσφυγες
- Εθελοντισμός
- Βουλή των εφήβων
- Κοινωνικός Αποκλεισμός - Ισότητα ευκαιριών - Άτομα με Αναπηρία
- Ισότητα των φύλων
- Η ελευθερία της πληροφορίας – ΜΜΕ – Δημοσιογραφική Δεοντολογία
- Προβλήματα φτώχειας, Αναλφαβητισμού κ.ά.
- Ενεργός πολίτης και Υγεία
- Διαπολιτισμικές Προσεγγίσεις για την Υγεία και την Ασθένεια

## **Δίκτυο 2.: «ΠΑΜΜΟΥΣΟΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΑ για Ψυχοκοινωνική Υγεία»**

Τη σκοπιμότητα ίδρυσης του δικτύου αιτιολογεί η ανάγκη να ενταχθεί η «Πάμμουσος Παιδαγωγία» με τις ποικίλες συνιστώσες της Τέχνης στο πλαίσιο των καινοτόμων Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας, προκειμένου αυτή η συνδιαλλαγή και συνάρθρωση των «Μουσών» να δημιουργήσει ένα οργανωμένο σύνολο αρχών και αξιών, γνώσεων και δεξιοτήτων, εμπειριών και εννοιών που στο σύνολό τους θεωρούμε ότι προάγουν, καλλιεργούν και διαμορφώνουν τον ψυχικό και πνευματικό κόσμο των μαθητών.

Οι καλλιτεχνικές δημιουργίες αποτελούν φορέα υψηλών αξιών και μηνυμάτων που τέρπουν και διαπαιδαγωγούν, καλλιεργούν τη συνείδηση, εξευγενίζουν την ψυχή και μέσα από την αισθητική συγκίνηση διαμορφώνουν την προσωπικότητα του ατόμου και βελτιώνουν την ποιότητα της ζωής του. Ο συγκερασμός των μορφοποιητικών στοιχείων και των παραμέτρων που πλαισιώνουν τα καλλιτεχνικά έργα, σε συνάρτηση με το διδακτικό και παιδαγωγικό περιεχόμενό τους, αποτελούν στέρεες βάσεις πάνω στις οποίες μπορεί να οικοδομηθεί η ψυχοκοινωνική υγεία των μελών της εκπαιδευτικής κοινότητας.

#### **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ π.χ.:**

- Προαγωγή της ψυχικής υγείας στο σχολείο
- Υγειονομική κρίση και ψυχική ανθεκτικότητα
- Ο αγώνας για την ελευθερία μέσα από την τέχνη
- Τέχνες και Ψυχική Υγεία
- Συναισθηματική και Κοινωνική Ανάπτυξη
- Τα παιχνίδια ως μέσο προαγωγής της συναισθηματικής και ψυχικής υγείας
- Το θέατρο ως Πάμμουσος Παιδαγωγία
- Λογοτεχνία: Ζητήματα σωματικής – ψυχικής υγείας και ποιότητας ζωής στην μυθιστοριογραφία και την ποίηση
  - Διαπροσωπικές Σχέσεις – Σχέσεις των δύο φύλων στη ζωή και στην τέχνη
  - Η θεραπεία της ψυχής μέσω της Βυζαντινής Τέχνης
  - Η θέση της Γυναίκας μέσα από τα έργα Τέχνης
  - Ατομικισμός- Αυτογνωσία -Αλληλεγγύη: Π.χ. Η αλληγορία στον μύθο του Νάρκισσου
  - Το Σώμα στην Αρχαία Ελληνική Τέχνη: Πρόληψη Διατροφικών Διαταραχών
  - Εικαστικές Τέχνες: Διαμόρφωση αξιών και συμπεριφορών
  - Ουρανία: Η ομορφιά των άστρων και των μαθηματικών στις Εικαστικές Τέχνες
  - Δόμηση Νοήματος μέσω της Εικονικής Πραγματικότητας (βιντεοτέχνη, animation, ψηφιακή εικόνα, φωτογραφία)
- Ο χορός των Μουσών: Το Αισθητικό Ιδεώδες ανά τις εποχές
- Έθιμα, δοξασίες και λαογραφικά στοιχεία για την Υγεία - Μυθολογία και Υγεία
- Μνημεία, Έργα και Αρχαιολογικοί χώροι, π.χ. προσωποποιήσεις Υγείας, Ασκληπιεία, Αμφιαράεια
- Ιστορία & Υγεία: Ιστορικές Αντιλήψεις για την Υγεία, Εξέλιξη της Ιατρικής Επιστήμης, Βιοηθική
  - Προώθηση καλών πρακτικών υγιεινής, οδικής ασφάλειας, κ.λπ. μέσα από εικαστικές προσεγγίσεις
  - Διαχείριση προβλημάτων φτώχειας, κοινωνικού αποκλεισμού κ.λπ. μέσα από την θεατρική πράξη

### **Δίκτυο 3.: «Κινούμαστε Χορεύοντας και Περπατώντας – ΛΑΒΥΡΙΝΘΟΣ»**

Υγεία είναι η κατάσταση της πλήρους φυσικής, πνευματικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι απλά η απουσία ασθενειών και αναπηριών. Η σωματική άσκηση και η υιοθέτηση συμπεριφορών, όπως είναι η ενασχόληση με το χορό, η κατάλληλη φυσική άσκηση, η ισορροπημένη διατροφή, η αποχή από το κάπνισμα και η αντιμετώπιση του άγχους, προάγουν την υγεία και συμβάλλουν στη διαμόρφωση ενός δια βίου υγιεινού τρόπου ζωής.

Η συστηματική άσκηση συμβάλλει στη βελτίωση της σωματικής και ψυχικής υγείας και γενικότερα της ποιότητας ζωής του ατόμου, αφού συντελεί στην πρόληψη ασθενειών, στην ψυχική ευεξία, στην καλή διάθεση, στον έλεγχο του στρες, στην καλή εμφάνιση του σώματος, στη σωματική και ψυχική δύναμη, την αντοχή, την ευκινησία και την ευλυγισία προσδίδοντας πλαστικότητα στην κίνηση. Το άτομο βρίσκει διέξοδο στα συναισθηματικά του προβλήματα και ξαναβρίσκει την ψυχική του ισορροπία.

Επιπρόσθετα, με γνώμονα ότι ο χορός είναι μια από τις κινητικές δραστηριότητες που ο άνθρωπος δίνεται ολοκληρωτικά, σωματικά, ψυχικά και πνευματικά, είναι απαραίτητο να προσεγγίσουμε το κομμάτι εκείνο της γνήσιας εκδήλωσης και ζωντανής έκφρασης της ψυχής του λαού μας στο πέρασμα του χρόνου και να το διατηρήσουμε. Οι ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί μας ψυχαγωγούν, μας χαροποιούν, μας κοινωνικοποιούν και μας γυμνάζουν ενώ ταυτόχρονα συνεισφέρουν στην εθνική αυτοσυνειδησία.

#### **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ π.χ.:**

- **Διακόσια χρόνια από την ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ του 1821**
- Παραδοσιακοί Χοροί – ο πλούτος του λαού μας
- Χορός - Δια βίου άσκηση – ψυχοκινητική ανάπτυξη - σωματική και ψυχική υγεία
- Χορός και Υγεία για ποιότητα ζωής
- Ο χορός μας ενώνει: Καλλιέργεια κοινωνικότητας – ομαδικότητας – υπεύθυνης συμπεριφοράς και δράσης.
- Αξιοποίηση ελεύθερου χρόνου: Χορός– Αγωγή της Ψυχής
- Λαογραφικά στοιχεία για τις γιορτές και τους χορούς
- Διαπολιτισμική προσέγγιση των χορών
- Επαφή με τη φύση μέσω ήπιων μορφών άσκησης – Φυσική ζωή
- Αθλητικές δραστηριότητες στη φύση – Περιβάλλον και Υγεία
- Μεσογειακή διατροφή – η άυλη κληρονομιά μας
- Οδικός Πολιτισμός- Κυκλοφοριακή Αγωγή
- Πρώτες Βοήθειες
- Εθελοντισμός – Αλληλεγγύη - Κοινωνική προσφορά

## **Δίκτυο 4.: «Έμφυλα χαρακτηριστικά και ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ»**

Το δίκτυο **αποσκοπεί** στη διεύρυνση και ενδυνάμωση των απαραίτητων γνώσεων και αξιών των μελών των εκπαιδευτικών ομάδων για την προώθηση, ανάπτυξη και προάσπιση της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής τους υγείας, την διασφάλιση της αξιοπρέπειας και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Ήδη από το 2004 ψηφίστηκαν από το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο οι τροπολογίες 13-23 σχετικά με την στήριξη πολιτικών δράσεων που αφορούν στη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Ανάμεσα σε αυτά που όριζαν οι τροπολογίες αναφερόταν χαρακτηριστικά ότι «η κοινότητα και τα κράτη μέλη της Ε.Ε. θα πρέπει να συνεχίσουν να συμμετέχουν σε μεγάλο βαθμό στις γενικές προσπάθειες για την στήριξη των πολιτικών και των προγραμμάτων αγωγής υγείας όσον αφορά στην αναπαραγωγή και τη σεξουαλική υγεία στις αναπτυσσόμενες χώρες».

Η Διεθνής Συνδιάσκεψη για τον Πληθυσμό και την Ανάπτυξη έθεσε ως στόχο να τεθούν στην διάθεση όλων των προσώπων, μέσω ενός πρωτογενούς υγειονομικού συστήματος, υπηρεσίες σεξουαλικής υγείας και αναπαραγωγής, το συντομότερο δυνατό έως το 2015. Επιπλέον, μεταξύ των άλλων, όρισε ως υποχρεωτικό όλες οι χώρες να παράσχουν στους εφήβους την πρόσβαση στις απαιτούμενες πληροφορίες και υπηρεσίες στη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, για να προστατεύσουν την σεξουαλική τους υγεία και να αποφεύγουν ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες και τα Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα.

### **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ π.χ.:**

- **Η γυναίκα στην επανάσταση του 1821**
- **Η γυναίκα από την επανάσταση του 1821 έως σήμερα**
- Διαφυλικές σχέσεις: Βήματα ζωής
- Το σώμα μου καθρέπτης της ψυχής μου
- Οι σωματικές και συναισθηματικές αλλαγές στην εφηβεία
- Εφηβεία και Διαφυλικές σχέσεις
- Χτίζοντας υγιείς σχέσεις στον χώρο του σχολείου
- Σεξουαλική διαπαιδαγώγηση
- Πρόληψη των Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Νοσημάτων
- Οι έμφυλες διαφορές στο σχολείο και στο σπίτι
- Έμφυλη Βία
- Κοινωνικό φύλο - Γυναικεία και ανδρικά πρότυπα στις διαφημίσεις
- Εμπορία και παράνομη διακίνηση ανθρώπων (trafficking)
- Η εικόνα του εαυτού μου – Αυτογνωσία – Αυτοεκτίμηση

## **Δίκτυο 5.: «Μαθαίνω για τη ΖΩΗ: Υγεία πάνω απ' όλα!»**

Το δίκτυο αποσκοπεί στην προάσπιση και προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας και της κοινωνικής ευεξίας των μαθητών /τριών ως εφόδιο ζωής, αφενός με την ανάπτυξη προσωπικών και κοινωνικών ικανοτήτων, αφετέρου με τη συλλογική δράση ως προς την αναβάθμιση του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντος. Δίνεται έμφαση στην προαγωγή της υγείας ολιστικά – σωματική, ψυχική και κοινωνική πτυχή της υγείας – ως εφόδιο ζωής για τον κάθε πολίτη. Σύμφωνα με τη διακήρυξη του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας η Προαγωγή της Υγείας είναι η διαδικασία μέσα από την οποία τα άτομα γίνονται ικανά να αναπτύξουν τον έλεγχο στην υγεία τους και να τη βελτιώσουν, με την ενίσχυση των ευρύτερων παραγόντων που επιδρούν θετικά στην ανθρώπινη υγεία και τη διαμόρφωση υγιεινών στάσεων και συμπεριφορών.

### **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ π.χ.:**

- **Υγειονομική κρίση**
- **Γνωρίζω και αντιμετωπίζω τα μικρόβια**
- Η Υγεία ως πολιτισμικό και κοινωνικό αγαθό
- Εφηβεία, συμπεριφορές και αντιλήψεις
- Συναισθηματική και Ψυχοκινητική Ανάπτυξη
- Αυτοεκτίμηση – Αυτοσυναίσθημα – Ανάπτυξη δεξιοτήτων
- Αξίες ζωής: σεβασμός, αγάπη, ειρήνη, συνεργασία, υπευθυνότητα, ανεκτικότητα, ελευθερία, τιμιότητα, ευγένεια, προσφορά
- Διαχείριση της απώλειας και του πένθους
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων για αντιμετώπιση του άγχους και του φόβου
- Ασθένειες: καρδιαγγειακά νοσήματα, καρκίνος, Σεξουαλικά μεταδιδόμενα Νοσήματα, AIDS
- Υγεία και Άθληση: Καρδιά που τρέχει ... αντέχει!
- Διατροφικές συνήθειες - Υγιεινή Διατροφή
- Διατροφή των Αθλητών στην αρχαιότητα και σήμερα
- Μεσογειακή Διατροφή
- Το κυλικείο του σχολείου
- Το φαρμακείο του Σχολείου
- Το φαρμακείο του κήπου μας
- Χρήση και κατάχρηση φαρμακευτικών σκευασμάτων – αναβολικών
- Στοματική Υγιεινή
- Γνωρίζω και αντιμετωπίζω τα μικρόβια
- Πρόληψη της παχυσαρκίας - Καρδιαγγειακών νοσημάτων – Σακχαρώδους Διαβήτη
- Δεν καπνίζω... Γυμνάζομαι!

## **Δίκτυο 6.: «ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς Εξαρτήσεις»**

Το δίκτυο **αποσκοπεί** στη διεύρυνση και ενδυνάμωση των απαραίτητων γνώσεων, δεξιοτήτων και αξιών των μελών των εκπαιδευτικών ομάδων για την πρόληψη της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών, νόμιμων ή παράνομων, και γενικότερα την πρόληψη των εξαρτητικών συμπεριφορών σε σχέση με το διαδίκτυο, τα τυχερά παιχνίδια, τη διατροφή κλπ. Στοχεύει στην ενημέρωση για τους διάφορους παράγοντες που επιδρούν στη δημιουργία εξαρτήσεων και για τις επιπτώσεις τους, επισημαίνοντας τη διάκριση μεταξύ αναμενόμενων και πραγματικών επιδράσεων. Δίνεται έμφαση στην αποσαφήνιση της επιρροής της ομάδας και των προτύπων, ενώ τονίζεται η διάκριση μεταξύ μακροπρόθεσμων και βραχυπρόθεσμων στόχων. Επίσης, το δίκτυο στοχεύει στη δομημένη επίλυση προβλημάτων, την καλλιέργεια του αυτοελέγχου και της δημιουργικής σκέψης, την ικανοποιητική έκφραση συναισθημάτων, τη διάκριση μεταξύ λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας, την καλλιέργεια της κριτικής προσέγγισης της πληροφορίας, αποσκοπώντας στην ολόπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας.

### **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ π.χ.:**

- Πρόληψη συμπεριφορών υψηλού κινδύνου
- Πρόληψη Εξαρτήσεων: ναρκωτικά, αλκοόλ, τυχερά παιχνίδια
- Πρόληψη της χρήσης ψυχοτρόπων ουσιών
- Ασφάλεια στο Διαδίκτυο
- Μαθαίνω να σερφάρω δημιουργικά και με ασφάλεια στο διαδίκτυο
- Ούτε θύτης ούτε θύμα στο διαδίκτυο
- Πάρε Ανάσα - Πρόληψη του καπνίσματος
- Μαθαίνω να μην καπνίζω – Λέω όχι στο τσιγάρο
- Στηρίζομαι στα πόδια μου
- Ξέρω τι ζητάω
- Boys and Girls Plus

## **Δίκτυο 7.: «ΑΣΦΑΛΩΣ ΖΩ με ποιότητα ζωής»**

Το δίκτυο αποσκοπεί στην ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση των μελών της σχολικής και της ευρύτερης κοινότητας σε θέματα ασφάλειας και υγιεινής του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντος αλλά και στην υποστήριξή τους στην ανάληψη δράσεων από τους μαθητές για τη βελτίωση της ποιότητας περιβάλλοντος και τον περιορισμό των παραγόντων κινδύνου για την υγεία και ασφάλεια των μελών της σχολικής κοινότητας, τόσο σε σωματικό όσο και σε ψυχοσυναισθηματικό επίπεδο.

### **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ π.χ.:**

- Υγειονομική κρίση
- Γνωρίζω και αντιμετωπίζω τα μικρόβια



➤ Πρώτες Βοήθειες

➤ Εθελοντισμός και Υγεία: Αιμοδοσία, Δωρεά μυελού των οστών, Προσφορά ιστών και οργάνων

➤ Ατυχήματα και ασφάλεια

➤ Οδική Ασφάλεια – Κυκλοφοριακή Αγωγή

➤ Οδική συμπεριφορά πεζών και οδηγών – Διαμόρφωση κυκλοφοριακής συνείδησης

➤ Σεβασμός στο δικαίωμα της ελεύθερης μετακίνησης – οικολογική μετακίνηση

➤ Κατοικία, Υγιεινή και Ασφάλεια - Ασφάλεια και Υγεία στο σχολείο

➤ Ασφάλεια και Υγεία στην εργασία - Ποιότητα ζωής στο εργασιακό και κοινωνικό περιβάλλον

➤ Πολιτική Προστασία: Πρόληψη -αντιμετώπιση εκτάκτων καταστάσεων: Σεισμοί, πλημμύρες, πυρκαγιές

➤ Αγωγή του καταναλωτή – Δικαιώματα του καταναλωτή - οικονομία και κοινωνία

➤ Διαφήμιση - Ο ρόλος του διαφημιστικού μηνύματος

➤ Φυσική Ζωή, άσκηση και υγιεινός τρόπος διαβίωσης - Αθλητική Παιδεία – Δια Βίου Άσκηση

➤ Επιπτώσεις στην υγεία από την έκθεση σε φυτοφάρμακα

➤ Διατροφικές συνήθειες και μεταλλαγμένα τρόφιμα

#### **ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΦΟΡΕΙΣ**

Στο πλαίσιο της υλοποίησης των ΠΣΔ οι σχολικές μονάδες δύνανται: (α) να συνεργάζονται με δημόσιους οργανισμούς, φορείς τοπικής αυτοδιοίκησης, ΑΕΙ, άλλους κυβερνητικούς ή μη κυβερνητικούς φορείς κ.ά., οι οποίοι υλοποιούν προγράμματα/δράσεις εγκεκριμένα από τις αρμόδιες Διευθύνσεις του ΥΠΑΙΘ και (β) να αξιοποιούν εκπαιδευτικό υλικό φορέων, εγκεκριμένο από το ΥΠΑΙΘ.

Σε ό,τι αφορά προγράμματα φορέων που έχουν εγκριθεί από το ΥΠΑΙΘ, οι εκπαιδευτικοί δύνανται να ανατρέχουν στην ιστοσελίδα του ΥΠΑΙΘ <http://edu-gate.minedu.gov.gr>

#### **ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΥΠΕΥΘΥΝΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

Η Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Ιωάννα Θωμοπούλου (τηλ.: 2610-465837, ε-mail: [health-promotion@dide.ach.sch.gr](mailto:health-promotion@dide.ach.sch.gr)) είναι στη διάθεσή σας για οποιαδήποτε συμπληρωματική πληροφορία ή διευκρίνιση, για βοήθεια στο σχεδιασμό του προγράμματος, για την παροχή εκπαιδευτικού υλικού (στις διάφορες θεματικές, το οποίο διατίθεται σε έντυπη και κυρίως σε ηλεκτρονική μορφή), για τη συνεργασία με αρμόδιους φορείς και για τη γενικότερη υποστήριξη κατά τη διάρκεια της υλοποίησής του.

**ΑΚΡΙΒΕΣ ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ**

**Η ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΗ ΤΜ. Ε΄  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ**

**Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ Δ.Δ.Ε. ΑΧΑΪΑΣ**

**ΖΑΦΕΙΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΝΤΗ**

**ΑΝΔΡΕΑΣ ΖΕΡΒΑΣ**