



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
& ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΠΕΡΙΦ/ΚΗ Δ/ΝΣΗ Π.Ε. & Δ.Ε. ΔΥΤ. ΕΛΛΑΔΑΣ  
**Δ/ΝΣΗ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΧΑΪΑΣ**  
ΤΜΗΜΑ Ε΄ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ  
Προϊσταμένη Τμ. Ε΄: Μαράντη Ζαφ.  
Τηλ: 2610-465803

Χρόνος Διατήρησης:  
Βαθμός Ασφαλείας:  
Βαθμός Προτεραιότητας:

Πάτρα, 17/09/2024

Αρ. Πρωτ.:

**Φ.25. 15080**



#### ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

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

ΠΡΟΣ:

Σχολικές Μονάδες  
Δ/θμιας Εκπ/σης Αχαΐας

ΚΟΙΝ.:

Περιφ/κή Δ/νση ΠΕ & ΔΕ Δυτ. Ελλάδας  
Σύμβουλοι Εκπαίδευσης Δ.Δ.Ε. Αχαΐας

**ΘΕΜΑ:**

**Πρόσκληση εκδήλωσης ενδιαφέροντος για συμμετοχή στο**

**Θεματικό Δίκτυο Σχολείων με θέμα:**

**«ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς Εξαρτήσεις»**

Η Δ/νση Δ/θμιας Εκπ/σης Αχαΐας δια της Υπευθύνου Αγωγής Υγείας και το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων & Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Π.Ε Αχαΐας «Καλλίπολις», ανακοινώνουν τη λειτουργία του Τοπικού Θεματικού Δικτύου σχολείων με τίτλο: **«ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς Εξαρτήσεις»**.

Τα επιδημιολογικά στοιχεία στον μαθητικό πληθυσμό, όπως αυτά προκύπτουν από την τελευταία έρευνα ESPAD 2019, αλλά και οι υφιστάμενες ανάγκες των μαθητών, όπως έχουν διαπιστωθεί τα τελευταία χρόνια (μετά την πανδημία) επιβάλλουν την εφαρμογή ενός ολιστικού προγράμματος παρέμβασης με επικέντρωση στην πρόληψη της χρήσης των νόμιμων και παράνομων εξαρτήσεων, με έμφαση στο αλκοόλ και την κάνναβη, καθώς και των εξαρτητικών συμπεριφορών, όπως ο διαδικτυακός τζόγος.

Ειδικότερα τη φετινή χρονιά έχει τεθεί σε προτεραιότητα η επέκταση της εφαρμογής μακροχρόνιων και πολυεπίπεδων παρεμβάσεων πρόληψης των εξαρτήσεων σε όλες της σχολικές μονάδες του Νομού Αχαΐας με έμφαση στους μαθητές Γυμνασίου και της Α΄ τάξης Λυκείου.

Στον σχεδιασμό, πέραν όλων των παραπάνω, έχουν ληφθεί υπόψη οι βασικές κατευθυντήριες γραμμές για την αποτελεσματική εφαρμογή προγραμμάτων πρόληψης των

εξαρτήσεων στο πλαίσιο της σχολικής κοινότητας, η έως τώρα εμπειρία μας από την εφαρμογή ανάλογων παρεμβάσεων, τα προσφερόμενα πλαίσια εκ μέρους του Υπουργείου Παιδείας που μπορούν αξιοποιηθούν προς αυτή την κατεύθυνση (Σύμβουλοι Εκπαίδευσης, Διευθυντές/ντριες σχολείων, ΚΕ.Δ.Α.Σ.Υ., Επιτροπές Διεπιστημονικής Υποστήριξης (Ε.Δ.Υ.), Σχολικοί Ψυχολόγοι, Σύμβουλοι Σχολικής Ζωής, Προγράμματα Αγωγής Υγείας, Εργαστήρια Δεξιοτήτων, Ζώνη Δημιουργικών Δραστηριοτήτων κ.λπ.) καθώς και το προτεινόμενο σχέδιο του Οργανισμού Κατά των Ναρκωτικών (Ο.ΚΑ.ΝΑ.) που μας απεστάλη εγγράφως με αρ. πρωτ. 41831/02.08.2024.

#### **ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:**

##### **Ως προς τους μαθητές:**

1. Η έγκυρη ενημέρωση και ευαισθητοποίηση για τους κινδύνους της χρήσης και κατάχρησης αλκοόλ και κάνναβης.
2. Η έγκυρη ενημέρωση και ευαισθητοποίηση για την ασφαλή πλοήγηση στο Διαδίκτυο και την αποφυγή συμπεριφορών υψηλού κινδύνου, όπως ο διαδικτυακός τζόγος.
3. Η ενίσχυση δεξιοτήτων που συνδέονται με την πρόληψη της χρήσης ουσιών και την εκδήλωση εξαρτητικών συμπεριφορών, όπως η κατανόηση των επιρροών, η ανάπτυξη της κριτικής σκέψης, η αντίσταση στην παρέα και η λήψη απόφασης.

##### **Ως προς τους εκπαιδευτικούς που θα εφαρμόσουν το πρόγραμμα:**

1. Η ενημέρωση – ευαισθητοποίηση σε θέματα πρόληψης της χρήσης νόμιμων και παράνομων εξαρτησιογόνων ουσιών και των κινδύνων του Διαδικτύου.
2. Η εκπαίδευση στις βασικές αρχές και τη μεθοδολογία των προγραμμάτων πρόληψης.
3. Η εκπαίδευση και εξοικείωσή τους στην εφαρμογή εγκεκριμένων προγραμμάτων πρόληψης των εξαρτήσεων στους μαθητές τους (Ξέρω τι Ζητάω, Αγγίζοντας τον Κύκλο, Στηρίζομαι στα πόδια μου, Συζητήσεις Εφήβων, Boys and Girls plus κ.ά.).
4. Η ενίσχυση του παιδαγωγικού τους ρόλου.
5. Η ενημέρωση - ευαισθητοποίησή τους στην έγκαιρη αναγνώριση και διαχείριση περιστατικών χρήσης ουσιών ή εκδήλωσης επικίνδυνων συμπεριφορών.
6. Η διασύνδεσή τους με αντίστοιχες δομές – υπηρεσίες της Περιφερειακής Ενότητας Αχαΐας.

##### **Ως προς τις σχολικές μονάδες που θα συμμετέχουν στο Δίκτυο Σχολείων:**

1. Η ενημέρωση – ευαισθητοποίηση όλων των μελών της σχολικής κοινότητας σε θέματα πρόληψης της χρήσης νόμιμων και παράνομων εξαρτησιογόνων ουσιών και των κινδύνων του Διαδικτύου.

2. Η ευαισθητοποίησή τους στον ρόλο που μπορεί να διαδραματίσει το σχολείο στην πρόληψη των εξαρτήσεων και τη διαμόρφωση ενός περιβάλλοντος και πολιτικής που θα αποτρέπουν τη χρήση ουσιών και θα δημιουργούν αίσθημα ασφάλειας σε όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας.

3. Η ενημέρωση - ευαισθητοποίησή τους στην έγκαιρη αναγνώριση και διαχείριση περιστατικών χρήσης ή εκδήλωσης επικίνδυνων συμπεριφορών και διασύνδεση με τις δομές – υπηρεσίες της Π.Ε. Αχαΐας.

4. Η διασύνδεση και συνεργασία μεταξύ τους και η συμμετοχή τους σε κοινές δράσεις.

#### **Ως προς τους συλλόγους γονέων των σχολικών μονάδων που θα συμμετέχουν στο Δίκτυο**

1. Η ενημέρωση - ευαισθητοποίησή τους σε θέματα που άπτονται της εφηβείας, με έμφαση στην θέσπιση κανόνων, στην βελτίωση της επικοινωνίας και στην ενίσχυση της αυτονομίας και της υπευθυνότητας των παιδιών

2. Η ενημέρωση –ευαισθητοποίησή τους σε θέματα πρόληψης της χρήσης νόμιμων και παράνομων εξαρτησιογόνων ουσιών και των κινδύνων του Διαδικτύου.

3. Η ευαισθητοποίησή τους στον ρόλο που μπορούν να διαδραματίσουν στην πρόληψη των εξαρτήσεων τόσο στο πλαίσιο της οικογένειας όσο και στο πλαίσιο της σχολικής κοινότητας και της ευρύτερης κοινωνίας.

4. Η ενημέρωση – ευαισθητοποίησή τους στην έγκαιρη αντιμετώπιση προβληματικών συμπεριφορών που συνδέονται με την εξάρτηση.

5. Η ενημέρωση για τις δομές και προσφερόμενες υπηρεσίες της Π.Ε. Αχαΐας.

#### **ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΤΩΝ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΕΧΟΥΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΕΙ ΤΑ ΑΚΟΛΟΥΘΑ:**

- Τρεις (3) διήμερες επιμορφώσεις, σε θεωρητικό και βιωματικό επίπεδο, των εκπαιδευτικών που θα αναλάβουν την υλοποίηση των προγραμμάτων στα σχολεία τους, οι οποίοι κατά προτεραιότητα θα είναι οι Σύμβουλοι Σχολικής Ζωής των σχολείων. Η εκπαίδευση θα υλοποιηθεί με τη συνεργασία και τον συντονισμό της Υπεύθυνης Αγωγής Υγείας της Δ.Δ.Ε. Αχαΐας και της επιστημονικής ομάδας του Κέντρου Πρόληψης των Εξαρτήσεων Π.Ε. Αχαΐας «Καλλίπολις», ενώ θα αξιοποιηθούν ως εκπαιδευτές στελέχη και άλλων επιστημονικών και αρμόδιων για το θέμα φορέων όπως το Πρόγραμμα Γονεϊκής Στήριξης του ΟΚΑΝΑ, το ΚΕ.ΘΕ.Α ΟΞΥΓΟΝΟ, η Κίνηση «ΠΡΟΤΑΣΗ» κ.ά. ως ακολούθως:

**4/10/24:** Διαδικτυακή επιμόρφωση όλων των εκπαιδευτικών και των γονέων.

**5/10/24:** (1<sup>η</sup> ομάδα εκπαιδευτικών) & **12/10/24:** (2<sup>η</sup> ομάδα εκπαιδευτικών) Δια ζώσης επιμόρφωση των εκπαιδευτικών που θα αναλάβουν την υλοποίηση του Προγράμματος.

**1/11/24:** Ημερίδα (δια ζώσης), η οποία θα απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς και γονείς όλων των σχολείων του Δικτύου.

**2/11/24:** (1<sup>η</sup> ομάδα εκπαιδευτικών) & **16/11/24:** (2<sup>η</sup> ομάδα εκπαιδευτικών) Δια ζώσης επιμόρφωση των εκπαιδευτικών που θα αναλάβουν την υλοποίηση του Προγράμματος.

**6/12/24:** Διαδικτυακή επιμόρφωση όλων των εκπαιδευτικών και των γονέων.

**7/12/24:** (1<sup>η</sup> ομάδα εκπαιδευτικών) & **14/12/24:** (2<sup>η</sup> ομάδα εκπαιδευτικών) Δια ζώσης επιμόρφωση των εκπαιδευτικών που θα αναλάβουν την υλοποίηση του Προγράμματος.

- Με το πέρας της επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών που θα υλοποιήσουν το πρόγραμμα, θα υπάρχει μηνιαία εποπτεία καθ' όλη τη διάρκεια του σχολικού έτους από το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων «Καλλίπολις».

- Στελέχη του Κέντρου Πρόληψης θα υλοποιήσουν στα σχολεία στοχευμένες εκπαιδευτικές παρεμβάσεις σε ομάδες μαθητών, οι οποίες θα λειτουργήσουν ενισχυτικά και συμπληρωματικά στο έργο των εκπαιδευτικών.

- Τρεις (3) διαδικτυακές επιμορφωτικές συναντήσεις για γονείς μετά τον Ιανουάριο για τον Δήμο Πατρέων, ενώ σε σχολεία της Περιφέρειας οι επιμορφωτικές συναντήσεις για γονείς δύναται να πραγματοποιηθούν και δια ζώσης.

- Στην τελική φάση του Προγράμματος προβλέπεται, με την αξιοποίηση της μεθόδου της «επιρροής των ομοτίμων», η διάχυση του προγράμματος πρόληψης σε όλους τους μαθητές της εκάστοτε σχολικής κοινότητας.

Στόχος μας είναι η ενεργοποίηση του συνόλου της σχολικής κοινότητας σε έναν τόσο ευαίσθητο τομέα, όπως είναι η πρόληψη και η αντιμετώπιση των εξαρτήσεων, και ευελπιστούμε στην επιτυχή έκβαση του όλου Προγράμματος.

#### **ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΔΙΚΤΥΟ**

Οι εκπαιδευτικοί και τα σχολεία που επιθυμούν να συμμετέχουν στο Δίκτυο

**«ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς Εξαρτήσεις»** μπορούν να υποβάλουν ηλεκτρονικά την αίτησή τους μέχρι και την Παρασκευή 27 Σεπτεμβρίου 2024, ακολουθώντας τον σύνδεσμο:

<https://kpachaia.gr/diktyo-scholeion-epilego-eleftheria-zo-choris-eksartiseis/>

Συγκεκριμένα στο Δίκτυο **«ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς Εξαρτήσεις»** μπορούν να συμμετέχουν σχολεία της Δ.Δ.Ε. Αχαΐας που επιθυμούν να υλοποιήσουν, σε συνεργασία με το Κέντρο Πρόληψης «Καλλίπολις», μια σειρά παρεμβάσεων πρόληψης των εξαρτήσεων στη σχολική τους κοινότητα (μαθητές, εκπαιδευτικοί, γονείς). Το Δίκτυο θα ξεκινήσει τον Οκτώβρη του 2024 και θα ολοκληρωθεί τον Απρίλιο του 2025.

**Οι προϋποθέσεις συμμετοχής στο Δίκτυο είναι:**

- Η δήλωση ενδιαφέροντος συμμετοχής του Σχολείου στο Δίκτυο
- Η ενεργός συμμετοχή 1 έως 3 εκπαιδευτικών του Σχολείου
- Η συμμετοχή στις επιμορφώσεις και τις συναντήσεις που περιγράφονται στο πρόγραμμα
- Η υλοποίηση παρεμβάσεων στους μαθητές από μέρους των εκπαιδευτικών

**Χρονοδιάγραμμα Δικτύου Σχολείων «ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς Εξαρτήσεις»**

<b>ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ</b>	
Έναρξη λειτουργίας του Δικτύου Σχολείων «ΕΠΙΛΕΓΩ (=) ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Ζω χωρίς εξαρτήσεις»	<ul style="list-style-type: none"><li>• Δηλώσεις συμμετοχής των εκπαιδευτικών και των σχολικών μονάδων στο Δίκτυο</li></ul>
<b>ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ</b>	
4/10/24 Διαδικτυακή ημερίδα 18:00-20:30 5/10/24 Δια ζώσης εκπαίδευση 1ης ομάδας 10:00-14:00 12/10/24 Δια ζώσης εκπαίδευση 2ης ομάδας 10:00-14:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Έναρξη εκπαίδευσης εκπαιδευτικών</li><li>• Ευαισθητοποίηση εκπαιδευτικών και γονέων των σχολείων</li><li>• Επιλογή ομάδας μαθητών όπου θα εφαρμοστεί το πρόγραμμα</li></ul>
<b>ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ</b>	
1/11/24 Ανοιχτή ημερίδα (δια ζώσης) 18:00-20:30 2/11/24 Δια ζώσης εκπαίδευση 1ης ομάδας 10:00-14:00 9/11/24 Δια ζώσης εκπαίδευση 2ης ομάδας 10:00-14:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Συνέχεια εκπαίδευσης εκπαιδευτικών</li><li>• Συνέχεια ευαισθητοποίησης εκπαιδευτικών και γονέων των σχολείων</li><li>• Έναρξη υλοποίησης προγράμματος στους μαθητές</li></ul>
<b>ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ</b>	
6/12/24 Διαδικτυακή ημερίδα 18:00-20:00 7/12/24 Δια ζώσης εκπαίδευση 1ης ομάδας 10:00-14:00 14/12/24 Δια ζώσης εκπαίδευση 2ης ομάδας 10:00-14:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Συνέχεια εκπαίδευσης εκπαιδευτικών</li><li>• Συνέχεια ευαισθητοποίησης εκπαιδευτικών και γονέων των σχολείων</li><li>• Συνέχεια υλοποίησης του προγράμματος στους μαθητές</li></ul>
<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ</b>	

<p>Δια ζώσης εποπτική συνάντηση</p> <p>Ομάδας εκπαιδευτικών</p> <p>Διαδικτυακή επιμορφωτική συνάντηση με γονείς</p> <p>Δια ζώσης επιμορφωτικές συναντήσεις με γονείς σε σχολεία της Περιφέρειας κατόπιν συνεννόησης</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εποπτικές συναντήσεις εκπαιδευτικών</li> <li>• Συνέχεια υλοποίησης του προγράμματος στους μαθητές</li> <li>• Έναρξη υλοποίησης βιωματικών παρεμβάσεων στους μαθητές από το Κέντρο Πρόληψης «Καλλίπολις»</li> <li>• Ευαισθητοποίηση -εκπαίδευση γονέων</li> </ul>
<b>ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ</b>	
<p>Δια ζώσης εποπτική συνάντηση της</p> <p>Ομάδας των εκπαιδευτικών</p> <p>Διαδικτυακή επιμορφωτική συνάντηση με γονείς</p> <p>Δια ζώσης επιμορφωτικές συναντήσεις με γονείς σε σχολεία της Περιφέρειας κατόπιν συνεννόησης</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εποπτικές συναντήσεις εκπαιδευτικών</li> <li>• Συνέχεια υλοποίησης του προγράμματος στους μαθητές</li> <li>• Συνέχεια υλοποίησης βιωματικών παρεμβάσεων στους μαθητές από το Κέντρο Πρόληψης «Καλλίπολις»</li> <li>• Ευαισθητοποίηση -εκπαίδευση γονέων</li> </ul>
<b>ΜΑΡΤΙΟΣ</b>	
<p>Δια ζώσης εποπτική συνάντηση της</p> <p>Ομάδας των εκπαιδευτικών</p> <p>Διαδικτυακή επιμορφωτική συνάντηση με γονείς</p> <p>Δια ζώσης επιμορφωτικές συναντήσεις με γονείς σε σχολεία της Περιφέρειας κατόπιν συνεννόησης</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εποπτικές συναντήσεις εκπαιδευτικών</li> <li>• Συνέχεια υλοποίησης του προγράμματος στους μαθητές</li> <li>• Συνέχεια υλοποίησης βιωματικών παρεμβάσεων στους μαθητές από το Κέντρο Πρόληψης «Καλλίπολις»</li> <li>• Ευαισθητοποίηση -εκπαίδευση γονέων</li> </ul>
<b>ΑΠΡΙΛΙΟΣ</b>	
<p>Δια ζώσης εποπτική συνάντηση της</p> <p>Ομάδας των εκπαιδευτικών</p> <p>Δράσεις διάχυσης στα σχολεία του Δικτύου</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εποπτικές συναντήσεις εκπαιδευτικών</li> <li>• Συνέχεια υλοποίησης του προγράμματος στους μαθητές</li> <li>• Σχεδιασμός και υλοποίηση δράσεων διάχυσης σε όλους τους μαθητές των σχολείων του Δικτύου</li> </ul>
<b>ΜΑΪΟΣ</b>	

Δια ζώσης εποπτική συνάντηση της Ομάδας των εκπαιδευτικών Ολοκλήρωση – Αξιολόγηση Προγράμματος	<ul style="list-style-type: none"><li>• Εποπτικές συναντήσεις εκπαιδευτικών</li><li>• Αξιολόγηση του προγράμματος από τους μαθητές</li></ul>
--	--

Για την συμμετοχή στο δίκτυο θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Επισημαίνεται ότι η συμμετοχή των εκπαιδευτικών στις επιμορφώσεις είναι εθελοντική και δωρεάν. Η διοργάνωση και υλοποίηση των επιμορφώσεων καθώς και η μετακίνηση των συμμετεχόντων θα γίνει χωρίς δαπάνη για το Δημόσιο.

**Η ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ Δ.Δ.Ε. ΑΧΑΪΑΣ**

**ΕΥΓΕΝΙΑ ΠΙΕΡΡΗ**