

## ΓΕΛ Κάτω Αχαΐας

Σχολικό έτος: 2016-2017

**Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας: “Τέχνη και ψυχική υγεία”**

Υπεύθυνη εκπαιδευτικός: Ντρέκη Ελένη, ΠΕ02

Συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί: Ρετσινά Αγγελική, ΠΕ02

Στρίγκος Γιώργος, ΠΕ08



Το πρόγραμμά μας ξεκίνησε τον Νοέμβριο του 2016 με υπεύθυνες εκπαιδευτικούς τις κυρίες Ντρέκη Ελένη και Ρετσινά Αγγελική. Στην ομάδα μας προστέθηκε και ο εκπαιδευτικός Στρίγκος Γιώργος. Το θέμα του ήταν “Τέχνη και ψυχική υγεία”. Στο πλαίσιο του προγράμματος αυτού είχαμε την ευκαιρία να προσεγγίσουμε πολλά καινούργια θέματα, να συμμετάσχουμε σε βιωματικές δράσεις, να ακούσουμε, να μάθουμε και πάνω από όλα να ψυχαγωγηθούμε δημιουργικά και ευχάριστα.

Έτσι, μια από τις πρώτες δράσεις μας ήταν το πρόγραμμα Crocus. Φυτέψαμε βολβούς στον κήπο του σχολείου μας στη μνήμη των εκατομμυρίων Εβραίων, θυμάτων του Ολοκαυτώματος. Παράλληλα, διαβάσαμε και ενημερωθήκαμε για το συγκλονιστικό αυτό γεγονός του 20ου αιώνα. Ένα από τα θέματα που εξετάσαμε ήταν ο ρόλος της τέχνης σε συνθήκες στέρησης της ελευθερίας, η τέχνη της εξορίας και των στρατοπέδων συγκέντρωσης, καθώς και ό,τι αυτή προσφέρει σε τέτοιες δύσκολες καταστάσεις.

Η ομάδα Αγωγής Υγείας συνεργάζεται στενά με το Κέντρο Πρόληψης Εξαρτήσεων και Ψυχοκοινωνικής Υγείας “Καλλίπολις” και με την κυρία Γιώτα Γεωργακοπούλου, Αν. Επιστημονική Υπεύθυνη. Έτσι, είχε την ευκαιρία να επισκεφτεί τον ζεστό και φιλόξενο χώρο της και με την ενθάρρυνση της ίδιας και των εκπαιδευόμενων φοιτητριών Κοινωνικής Εργασίας να συζητήσει ομαδικά και να συμμετάσχει σε δράσεις με θέμα τον σεβασμό στη διαφορετικότητα. Για πολλούς από εμάς οι βιωματικές δράσεις ήταν μια πρωτόγνωρη εμπειρία.

Αγαπάμε την τέχνη. Γι’ αυτό, στο πλαίσιο του προγράμματός μας είχαμε την ευκαιρία να επισκεφτούμε αρκετούς χώρους, να γνωρίσουμε και να συνομιλήσουμε με ανθρώπους ειδικούς, να περιεργαστούμε, να θαυμάσουμε, να προσεγγίσουμε, διάφορα έργα τέχνης. Γιατί, όπως δηλώνει και ο τίτλος του προγράμματός μας, τέχνη και ψυχική υγεία είναι αλληλένδετα. Γιατί, η τέχνη ανακουφίζει, ηρεμεί, χαλαρώνει, θεραπεύει.

Σημαντικό μέρος του προγράμματός μας είναι τα θέματα που απασχολούν τους εφήβους. Γι’ αυτό, ένα άλλο μέρος του είναι αφιερωμένο στην προσφορά της τέχνης στα χρόνια της εφηβείας. Παράλληλα, πραγματοποιήσαμε πολλές ενημερωτικές και βιωματικές δράσεις για θέματα που αφορούν ιδιαίτερα τους εφήβους.

- Δράσεις στο πλαίσιο της ενημέρωσης για το AIDS από την Ελληνική Εταιρεία Μελέτης και Αντιμετώπισης του AIDS
- Ενημέρωση για θέματα πρόληψης του καρκίνου από τον Όμιλο Εθελοντών κατά του καρκίνου ΑγκαλιάΖΩ
- Ομάδες προσωπικής ανάπτυξης και επικοινωνίας στη σχολική κοινότητα από το διεπιστημονικό προσωπικό του "Καραμανδάνειου"
- Το σχολείο μας εκπροσωπήθηκε στην επιμορφωτική συνάντηση με θέμα “Ευαισθητοποίηση της Σχολικής Κοινότητας για το Σακχαρώδη Διαβήτη και την Παιδική Παχυσαρκία” που διοργανώθηκε από το Γενικό Νοσοκομείο Παίδων Πατρών «ΚΑΡΑΜΑΝΔΑΝΕΙΟ», το Τ.Ε.Ι. Δυτικής Ελλάδος, τη Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Αχαΐας – Τμήμα Αγωγής Υγείας, τη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αχαΐας – Τμήμα Αγωγής Υγείας, την Περιφερειακή Διεύθυνση ΠΕ &

ΔΕ Δυτικής Ελλάδος και την Ένωση Γονέων & Κηδεμόνων Δήμου Πατρέων, στο πλαίσιο του πενθήμερου Φεστιβάλ Αγωγής Υγείας.

Κορυφαία στιγμή του προγράμματός μας ήταν η τριήμερη εκπαιδευτική εκδρομή μας στον αρχαιολογικό χώρο της Επιδαύρου, την Καλαμάτα, τη Μεθώνη και την Πύλο.

Στην Επίδαυρο, επισκεφθήκαμε το μουσείο, θαυμάσαμε το αρχαίο θέατρο, περιηγηθήκαμε στον χώρο του Ασκληπιείου. Γιατί, αν σήμερα είναι αναγνωρισμένη η δραματοθεραπεία και γενικά ο θεραπευτικός ρόλος της τέχνης, οι απαρχές βρίσκονται στην αρχαία Επίδαυρο, όπου το θέατρο ήταν μέρος του Ασκληπιείου, καθώς είχε γίνει αντιληπτή η μεγάλη συμβολή της τέχνης στην αντιμετώπιση ασθενειών σωματικών και ψυχικών. Αυτή ήταν μία ακόμα ενότητα του προγράμματός μας, ο θεραπευτικός ρόλος της δραματικής τέχνης.

Η πόλη της Καλαμάτας ήταν ο επόμενος μεγάλος σταθμός της εκδρομής μας. Την επιλέξαμε, γιατί είναι η πόλη που από το 1995 κάθε καλοκαίρι οργανώνει το Διεθνές Φεστιβάλ Χορού. Επισκεφθήκαμε το Αρχαιολογικό Μουσείο Μεσσηνίας, τον βυζαντινό ναό των Αγίων Αποστόλων, τη Δημοτική Σχολή Χορού, όπου είχαμε συνάντηση με την Καλλιτεχνική Διευθύντρια του Φεστιβάλ, κ. Κατερίνα Κασιούμη, θαυμάσαμε και περιηγηθήκαμε στο υπερσύγχρονο Μέγαρο Χορού, μαζί με την κυρία Λαδά Μαρία, στέλεχος του Φεστιβάλ. Τέλος, επισκεφθήκαμε το υπαίθριο σιδηροδρομικό πάρκο της πόλης και περιηγηθήκαμε στο ιστορικό της κέντρο.

Την τελευταία ημέρα, επιστρέφοντας από την Καλαμάτα, πραγματοποιήσαμε επίσκεψη στο υπέροχο κάστρο της Μεθώνης, ένα από τα σημαντικότερα οχυρωματικά κτίσματα στον ελληνικό χώρο κατά τον Μεσαίωνα, στην Πύλο και την Κυπαρισσία.

Έτσι, το πρόγραμμά μας αυτή τη χρονιά έφτασε στο τέλος του. Οπωσδήποτε θέλουμε να ευχαριστήσουμε την υπεύθυνη Αγωγής Υγείας, κυρία Θωμοπούλου Ιωάννα και τη Διευθύντρια του Λυκείου μας, κυρία Κοπανά Αλεξάνδρα, καθώς και τους συναδέλφους μας για την υποστήριξή τους σε όλη τη διάρκεια του προγράμματός μας και τη συμβολή τους στην πραγματοποίηση των στόχων του προγράμματος. Αν και το πρόγραμμά μας κάπου εδώ ολοκληρώνεται, ήδη σκεφτόμαστε και σχεδιάζουμε νέες δράσεις για νέες εμπειρίες. Γιατί για εμάς η Αγωγή Υγείας δεν είναι ένα πρόγραμμα. Είναι στάση ζωής!!!

