

**ΕΞΕΡΩ  
ΤΙ ΖΗΤΑΩ**

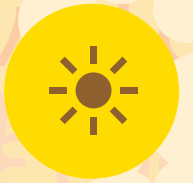
Πρόγραμμα  
**πρόληψης της χρήσης ψυχοτρόπων ουσιών στα σχολεία**



Επταπυργίου 151, 566 26 ΣΥΚΙΕΣ  
Τηλ.: 2310 20.20.15, Fax: 2310 20.44.53  
info@pyxida.org.gr, www.pyxida.org.gr

  
**ΠΥΞΙΔΑ**  
ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΤΗΣ ΕΞΑΡΤΗΣΗΣ ΑΠΟ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ  
ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ Ο.ΚΑΝΑ

# ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ «ΞΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ»;



**ΠΟΙΟΣ ΜΠΟΡΕΙ  
ΝΑ ΕΦΑΡΜΟΣΕΙ  
ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ;**



Το «ΞΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ» είναι ένα σχολικό πρόγραμμα πρόληψης της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών, το οποίο βασίζεται στο μοντέλο κοινωνικών επιρροών.

Σχεδιάστηκε, εφαρμόστηκε και αξιολογήθηκε στο πλαίσιο μιας ευρωπαϊκής έρευνας, που πραγματοποιήθηκε σε 7 ευρωπαϊκές χώρες, ανάμεσα στις οποίες και η Ελλάδα.

Η αξιολόγηση κατέδειξε ήδη την αποτελεσματικότητά του στο μαθητικό πληθυσμό και συγκεκριμένα έδειξε μια αξιοσημείωτη μείωση στις συμπεριφορές που σχετίζονται με τη συστηματική χρήση ουσιών: 30% μείωση στο καθημερινό κάπνισμα και στα επεισόδια μέθης από αλκοόλ και 23% μείωση της χρήσης κάνναβης. Επιπλέον ιδιαίτερα ενθαρρυντικά είναι τα προκαταρκτικά δεδομένα της μακροπρόθεσμης αξιολόγησης του ίδιου πληθυσμού, καθώς φαίνεται ότι τα αποτελέσματα του προγράμματος διατηρούνται για τουλάχιστον ένα έτος.



Πρόκειται για ένα αλληλεπιδραστικό πρόγραμμα που ενσωματώνει την εκπαίδευση σε δεξιότητες ζωής και την κανονιστική εκπαίδευση.

Στόχος του προγράμματος είναι να μειώσει την έναρξη της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών από τους εφήβους και να καθυστερήσει τη μετάβαση από την πειραματική στη συστηματική χρήση ουσιών.

Το πρόγραμμα έχει την έγκριση του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου και υλοποιείται σε συνεργασία με τα Γραφεία Αγωγής Υγείας της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Θεσσαλονίκης.

Απευθύνεται σε εφήβους μαθητές 12-14 ετών.

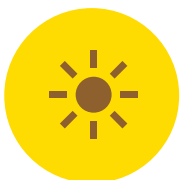
Περιλαμβάνει 12 ενότητες, που περιγράφονται διεξοδικά και μπορούν να εφαρμοστούν εύκολα, αποτελεσματικά και ολοκληρωμένα.



Το «ΞΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ» μπορεί να εφαρμοστεί μόνον από καθηγητές που έχουν εκπαιδευτεί στην εφαρμογή του προγράμματος, στο πλαίσιο της προαπαιτούμενης τριήμερης εξειδικευμένης εκπαίδευσης.

Την εκπαίδευση του προγράμματος έχει αναλάβει για λογαριασμό της Ελλάδας το Κέντρο Πρόληψης της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών και Προαγωγής της υγείας ΠΥΞΙΔΑ.

Επιπλέον παρέχεται από την ΠΥΞΙΔΑ εποπτεία και υποστήριξη στους καθηγητές, που υλοποιούν το πρόγραμμα, καθ' όλη τη διάρκεια της εφαρμογής του στις σχολικές τάξεις.



**ΠΥΞΙΔΑ**

ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΤΗΣ ΕΞΑΡΤΗΣΗΣ ΑΠΟ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ  
ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ Ο.ΚΑΝΑ

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ

## 1η ΗΜΕΡΑ:

Δευτέρα 03/12/2007 - Ώρα: 15:00-20:00

Η Ευρωπαϊκή μελέτη για την πρόληψη της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών

- Γνωριμία με το υλικό - Πληροφόρηση για τις ουσίες

## 2η ΗΜΕΡΑ:

Τρίτη 11/12/2007 - Ώρα: 15:00-20:00

Προσωπικές δεξιότητες - η σχέση μου με τον εαυτό μου (π.χ. καλλιέργεια κριτικής προσέγγισης της πληροφορίας, αναγνώριση και εκτίμηση των προτερημάτων μου, καλλιέργεια αυτοπεποίθησης, λήψη αποφάσεων κ.α.)

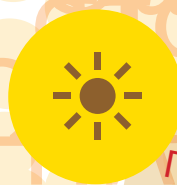
## 3η ΗΜΕΡΑ:

Δευτέρα 17/12/2007 - Ώρα: 15:00-20:00

• Διαπροσωπική επικοινωνία - η σχέση μου με τους άλλους (π.χ. έκφραση συναισθημάτων, διαχείριση μειονεκτημάτων, καλλιέργεια αυτοελέγχου κ.α.)

• Κλείσιμο του σεμιναρίου

*Με το πέρας του σεμιναρίου θα δοθεί δωρεάν στους εκπαιδευόμενους το υλικό εφαρμογής «ΞΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ».*



ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΑΠΕΥΘΥΝΘΩ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΑΙ ΝΑ ΕΦΑΡΜΟΣΩ ΤΟ «ΞΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ» ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ ΜΟΥ;

Οι καθηγητές που ενδιαφέρονται για την εκπαίδευση και την εφαρμογή του προγράμματος «ΞΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ» χρειάζεται να απευθυνθούν στο Κέντρο Πρόληψης ΠΥΞΙΔΑ, που είναι ο υπεύθυνος φορέας για τη διεξαγωγή των εκπαιδευτικών και ενημερωτικών συναντήσεων και την επιστημονική παρακολούθηση της πορείας και της εφαρμογής του προγράμματος.

**Η συμμετοχή των ενδιαφερομένων εξασφαλίζεται:**

- με τη συμπλήρωση της σχετικής αίτησης συμμετοχής και την αποστολή της στην Πυξίδα στο fax. 2310 202015 και 2310 204453 (ώρες συνεργασίας 8:00-15:30, Δευτέρα ως Παρασκευή)
- Οι αιτήσεις θα γίνονται δεκτές έως και την **Τετάρτη 28/11/2007**.
- Επιθυμητή κρίνεται η προηγούμενη παρακολούθηση σχετικών σεμιναρίων.
- Ο μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων είναι **20 άτομα**.



Ξέρω τι  
ζητάω



ΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ

