

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ



**Μία φορά το μήνα στο αμφιθέατρο και στον
Προληπτικό Έλεγχο- Α.Ν.Θ. «ΘΕΑΓΕΝΕΙΟ»**

16.30 -20.30

Συνολικής Διάρκειας 40 ωρών

*Επιστημονικά Υπεύθυνη εργατηρίων, Κυριακή Παπαδημητρίου, Υπεύθυνη
Αγωγής Υγείας 4ης Υ.Πε., Εκπαιδευτής 4ης Υ.Πε.*

Ημερομηνίες και θεματικές ενότητες

17/10/15: Εισαγωγική Ημερίδα «ΗΜΕΡΕΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ»

18/12/15: Γενικές Αρχές Αγωγής Υγείας

Εισαγωγή στη βιωματική εκπαίδευση και άλλες μεθόδους προσέγγισης μαθητών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης.
Γνωριμία ομάδας – Συμβόλαιο

29/1/16: Πρότυπα. Τι είναι η εξάρτηση;

Γιατί καπνίζουμε; Από πού επηρεαζόμαστε; Γιατί συνεχίζουμε; Γιατί αυξάνουμε το κάπνισμα;

26/2/16: Επιπτώσεις εξάρτησης. Κίνητρα και εσωτερικά κίνητρα.
Ο κύκλος των αλλαγών.

18/3/16: Διατροφικές Εξαρτήσεις. Διατροφή και Συναισθήματα, πως συνδέονται; Στάδια. Εφαρμογές, αποτελέσματα, προσδοκίες.

15/4/16: Δεξιότητα άρνησης. ΤΑ ΔΥΝΑΤΑ ΟΧΙ.

Η δύναμη της απόφασης.

27/5/16: Επιρροή. Πρότυπα, γονείς, διαφήμιση, συνομήλικοι.

Πώς αντιστέκομαι; Αντίσταση στην πίεση του συνομήλικου.

17/6/16: Ημερίδα Απολογισμού. Αξιολόγηση (16.00- 21.00)

