

**ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΦΟΙΤΗΤΡΙΕΣ**

Το Κέντρο Πρόληψης Εξαρτήσεων και Προαγωγής Ψυχοκοινωνικής Υγείας Π.Ε. Δράμας «ΔΡΑΣΗ» λειτουργεί στη Δράμα τα τελευταία 10 χρόνια με στόχο την πρόληψη κάθε εξαρτητικής συμπεριφοράς (ουσίες, αλκοόλ, τζόγος, διαδίκτυο) αλλά και την εφαρμογή παρεμβάσεων ψυχοκοινωνικής υγείας ενισχύοντας την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας της ευρύτερης κοινότητας, σε συνεργασία με τον εθνικό φορέα ΟΚΑΝΑ.

Στα πλαίσια των δράσεων του αυτών, πρόκειται να υλοποιήσει βιωματικό σεμινάριο για φοιτητές και φοιτήτριες 5 συναντήσεων με στόχο την προσωπική ανάπτυξη και ενδυνάμωσή τους. Συγκεκριμένα θα δοθεί η δυνατότητα να ενημερωθούν για τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών, αλλά και να ενδυναμωθούν σε προσωπικό και διαπροσωπικό επίπεδο, ώστε να είναι περισσότερο έτοιμοι να αντιμετωπίσουν τις αλλαγές και προκλήσεις της φοιτητικής ζωής. Το σεμινάριο θα περιλαμβάνει τις ακόλουθες θεματικές:

(1) Οι αλλαγές στη ζωή μου

(2) Επικοινωνώ άρα υπάρχω

(3) Συζητώντας για τις εξαρτησιογόνες ουσίες

(4) Αντιμετωπίζοντας το άγχος στη ζωή μας

(5) Τα όνειρά μου

Το σεμινάριο θα γίνεται κάθε Τρίτη και οι ημερομηνίες των συναντήσεων είναι 9/5, 16/5, 23/5, 30/5 και 6/6/2023. Μπορεί να πραγματοποιηθεί είτε πρωινές ώρες 10.30-12.00, είτε απογευματινές 18.00-19.30, διά ζώσης στο χώρο της «ΔΡΑΣΗΣ» (Θεμιστοκλέους 2, 1ος όροφος) ή διαδικτυακά μέσω zoom. Θα δοθούν Βεβαιώσεις συμμετοχής.

Συντονίστρια του σεμιναρίου: Ευανθία Τάζογλου, MSc, PhD Ψυχολόγος – Συστημική Θεραπεύτρια Ζευγαριών.

Μπορείτε να δηλώσετε συμμετοχή από **την Παρασκευή 28 Απριλίου έως και την Παρασκευή 5 Μαίου,**  είτε τηλεφωνικά στο 2521030053 (υπόψη Ευανθία Τάζογλου), είτε ηλεκτρονικά στο drasidrama@gmail.com, γράφοντας τα στοιχεία σας (*Όνομα και τηλέφωνο επικοινωνίας)* και αναφέροντας την προτίμησή σας για την ώρα (πρωί/απόγευμα) και τον τρόπο (διά ζώσης/διαδικτυακά) παρακολούθησης.

Όλες οι δράσεις του Κέντρου Πρόληψης Π.Ε. Δράμας «ΔΡΑΣΗ» υλοποιούνται **δωρεάν.**