



Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων  
και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας  
Δήμου Ζωγράφου

Σε συνεργασία με τον



Ανακρέοντος 60,  
157 71 Ζωγράφου [4<sup>ος</sup> όροφος]

210 74 73 328-9

keptheo@otenet.gr  
kpzografoy@gmail.com

Οκτώβριος 2025

Αγαπητοί γονείς,

Το Κέντρο Πρόληψης του Δ. Ζωγράφου, σας προσκαλεί στο **Σεμινάριο Γονέων παιδιών που φοιτούν στα Δημοτικά σχολεία με θέμα: «Η επικοινωνία στην Οικογένεια».**

Στο σεμινάριο αυτό οι γονείς θα έχουν τη δυνατότητα να συζητήσουν θέματα και δυσκολίες που προκύπτουν καθημερινά με τα παιδιά, να ανταλλάξουν απόψεις και να αποκτήσουν γνώσεις σε θέματα που τους απασχολούν. Το σεμινάριο πραγματοποιείται με βιωματικό τρόπο, καθώς οι γονείς δεν αποτελούν ακροατές αλλά μέλη μιας ομάδας που συμμετέχουν ενεργά και ανταλλάσσουν σκέψεις, βιώματα και συναισθήματα.

Οι θεματικοί άξονες που θα κινηθούν οι συναντήσεις είναι οι εξής:

- Η σπουδαιότητα της ουσιαστικής επικοινωνίας στο πλαίσιο της οικογένειας
- Η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης των παιδιών και ο ρόλος των γονέων
- Ο καθορισμός των ορίων στην οικογένεια
- Η ανάπτυξη, η αναγνώριση και η έκφραση συναισθημάτων
- Τα χαρακτηριστικά της εφηβείας
- Η διαχείριση συγκρούσεων στην οικογένεια

Θα πραγματοποιηθούν 12 δίωρες εβδομαδιαίες συναντήσεις ανά ομάδα συναντήσεων σεμιναρίου. στο χώρο του Κέντρου Πρόληψης (Ανακρέοντος 60, 4<sup>ος</sup> όροφος) που θα ξεκινήσουν τον Νοέμβριο 2025 και θα ολοκληρωθούν τον Φεβρουάριο 2026

**Απογευματινή ομάδα συναντήσεων σεμιναρίου: Δευτέρα 18.00-20.00 (έναρξη 10/11/2025)**

**Πρωινή ομάδα συναντήσεων σεμιναρίου: Τρίτη 10.00-12.00 (έναρξη 11/11/2025)**

Εάν ενδιαφέρεστε για το σεμινάριο γονέων παιδιών που φοιτούν στα Δημοτικά σχολεία μπορείτε να **δηλώσετε τη συμμετοχή σας στα τηλέφωνα 210 7473328-9 καθημερινά από 9:00 π.μ. έως 13:00 μ.μ. ή μέσω email στο: kpzografoy@gmail.com με την ένδειξη «αίτημα συμμετοχής για το σεμινάριο γονιών παιδιών Δημοτικού»** συμπληρώνοντας τα στοιχεία επικοινωνίας σας και την ομάδα συναντήσεων του σεμιναρίου που επιθυμείτε να συμμετέχετε (πρωί ή απόγευμα) σύμφωνα με τα πεδία του παρακάτω υποδείγματος αίτησης συμμετοχής, έως την Πέμπτη **6/11/2025** και ώρα 13.00 μ.μ.

Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων ανά ομάδα συναντήσεων σεμιναρίου 16 άτομα. Βρισκόμαστε στη διάθεση σας για κάθε πρόσθετη διευκρίνιση.

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΓΟΝΕΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ: «Η ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ»  
ΑΙΤΗΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Επώνυμο: \_\_\_\_\_  
Όνομα: \_\_\_\_\_  
Δημοτικό Σχολείο που φοιτά/-ούν το/τα παιδί/-ά μου: \_\_\_\_\_  
Τηλέφωνο Επικοινωνίας: \_\_\_\_\_  
Επιλογή Ομάδας Συναντήσεων Σεμιναρίου: Δευτέρα 18.00-20.00 ☐ Τρίτη 10.00-12.00 ☐

Με εκτίμηση  
Η υπεύθυνη των Σεμιναρίων Γονέων

Καρασιώτου Βάνα  
Κοινωνική Λειτουργός Μ.Ε.Δ.

\* Όλες οι υπηρεσίες του Κέντρου Πρόληψης παρέχονται δωρεάν!