

Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων
και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας
Δήμου Ζωγράφου

Σε συνεργασία με τον ΕΟΠΑΕ
Εθνικός Οργανισμός Πρόληψης και Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων

Ανακρέοντος 60,
157 71 Ζωγράφου [4ος όροφος]

210 74 73 328-9

kepheo@otenet.gr
kpzografoy@gmail.com

Νοέμβριος 2026

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, 4ος όροφος) που θα ξεκινήσουν τον Νοέμβριο 2026 και θα ολοκληρωθούν τον Μάρτιο 2026

Απογευματινή ομάδα συναντήσεων σεμιναρίου: Δευτέρα 18.00-20.00 (έναρξη 23/11/2026)

Πρωινή ομάδα συναντήσεων σεμιναρίου: Τρίτη 10.00-12.00 (έναρξη 24/11/2026)

Εάν ενδιαφέρεστε για το σεμινάριο γονέων παιδιών που φοιτούν στα Δημοτικά σχολεία μπορείτε να **δηλώσετε τη συμμετοχή σας** συμπληρώνοντας τα στοιχεία επικοινωνίας σας και το τμήμα συναντήσεων του σεμιναρίου που επιθυμείτε να συμμετέχετε (πρωί ή απόγευμα) στο παρακάτω qr code , έως την Παρασκευή **20/11/2026** και ώρα 13.00 μ.μ.

Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων ανά τμήμα συναντήσεων σεμιναρίου 20 άτομα.
Βρισκόμαστε στη διάθεση σας για κάθε πρόσθετη διευκρίνιση.

Με εκτίμηση
Η υπεύθυνη των Σεμιναρίων Γονέων

Καρασιώτου Βάνα
Κοινωνική Λειτουργός M.Ed.

* Όλες οι υπηρεσίες του Κέντρου Πρόληψης παρέχονται δωρεάν!