

# Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας της Περιφερειακής Ενότητας Λέσβου

«ΠΝΟΗ»



**Ε. Βοσάνη 3 - Μυτιλήνη**

Τηλ: 22510 20600 - Fax: 22510 29333 - Email: [pnoimyt@otenet.gr](mailto:pnoimyt@otenet.gr) - Ιστοσελίδα: [www.pnoimyt.gr](http://www.pnoimyt.gr)

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Το Κέντρο Πρόληψης και Συμβουλευτικής ανακοινώνει ότι θα συνεχιστεί το Σεμινάριο Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Ενηλίκων με προβολή κινηματογραφικών ταινιών και συζήτηση.

Το Σεμινάριο θα πραγματοποιείται κάθε **Δευτέρα** και ώρα **7.00 – 9.00 μ.μ.** στην αίθουσα Σεμιναρίων της Πνοής. (Ε.Βοσάνη 3).

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει συζήτηση επάνω σε κομμάτια ταινιών, που διαπραγματεύονται θέματα σχετικά:

- με την οικογένεια, την ταυτότητα και τις ρίζες μας,
- την εφηβεία και την παραβατικότητα
- τις διαπροσωπικές σχέσεις και τα δίκτυα υποστήριξης, που έχουμε
- την πορεία ζωής μας και τους ρόλους, που καλούμαστε να παίξουμε
- τις βασικές ψυχολογικές μας ανάγκες και τους τρόπους, που ανακαλύπτουμε για να τις ικανοποιήσουμε...
- Την αποδοχή του εαυτού μας και τη φροντίδα του σε σωματικό και ψυχικό επίπεδο.
- Τη σημασία των συναισθημάτων στη ζωή μας, θετικών και αρνητικών.
- Τη σχέση μας με το σύντροφό μας, τις κοινές ή διαφορετικές αξίες μας και το ρόλο, που αυτές παίζουν στην κοινή μας ζωή.
- την ανακάλυψη του προσωπικού νοήματος στη ζωή μας και στην καθημερινότητα μας.....

Η πρώτη συνάντηση θα πραγματοποιηθεί στις 30/01/2017 και το Σεμινάριο θα ολοκληρωθεί σε δώδεκα δίωρες συναντήσεις.

Υπεύθυνη Σεμιναρίου: Σοφία Κιστάνη (Κλινική Ψυχολόγος, M.Sc.)

Όποιος επιθυμεί να συμμετέχει μπορεί να δηλώνει συμμετοχή στο τηλέφωνο της Πνοής **2251020600**, πρωινές ώρες.



OKANA

*Σε συνεργασία με τον Οργανισμό κατά των Ναρκωτικών*