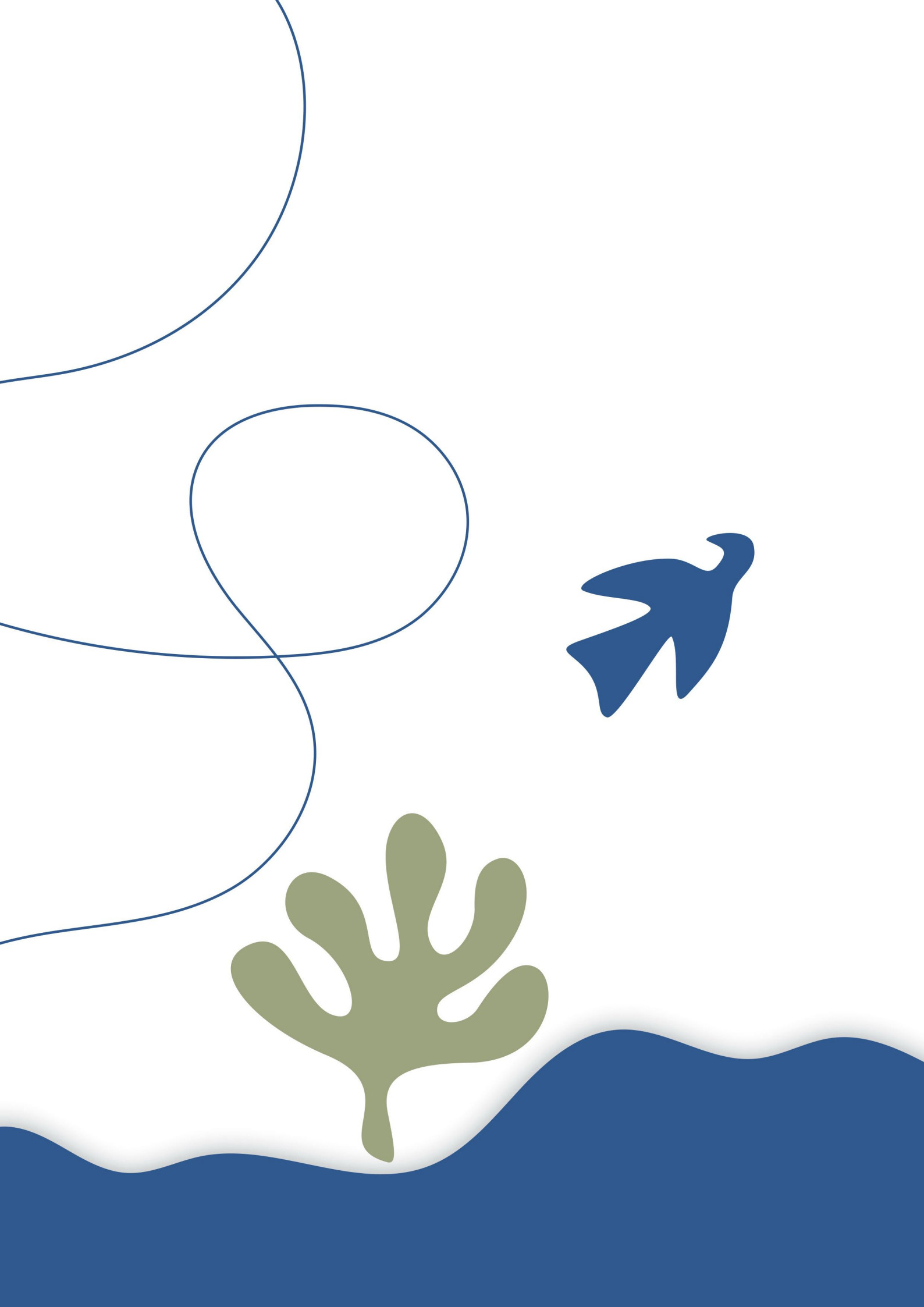


Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Στήριξης των Πυρόπληκτων Περιοχών της Χίου



Περιεχόμενα

«Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Στήριξης των Πυρόπληκτων Περιοχών της Χίου»	4
Κέντρο Παιδιού και Εφήβου	5
Δημοτικό σχολείο Αγ. Γεωργίου Συκούση	17
Δημοτικό σχολείο Καρυών	21
1ο Δημοτικό σχολείο Βροντάδου	25
3ο Δημοτικό σχολείο Βροντάδου	29
2ο Δημοτικό σχολείο Βροντάδου	33
9ο Δημοτικό σχολείο Χίου	37
Σχολείο Βοθισσού	41
Δημοτικό σχολείο Βοθισσού	42
Γυμνάσιο-Λύκειο Βοθισσού	45
3ο Δημοτικό σχολείο Χίου	49
Βούρειο δημοτικό σχολείο Λιβαδίων	53
Σχολικό κέντρο Καμποχώρων	57
Στατιστικά αποτελέσματα ανά σχολείο Πίνακας αποτελεσμάτων ανά σχολείο	62
Τα παιδιά της Χίου ζωγραφίζουν την ελπίδα	63



«Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Στήριξης των Πυρόπληκτων Περιοχών της Χίου»

Με ιδιαίτερη ευθύνη απέναντι στην τοπική κοινωνία, και με την υποστήριξη του Ιδρύματος Μποδοσάκη, υλοποιήθηκε το «Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Στήριξης των Πυρόπληκτων Περιοχών της Χίου», σε μια περίοδο όπου η τοπική κοινωνία βρέθηκε αντιμέτωπη με τις σοβαρές συνέπειες των καταστροφικών πυρκαγιών.

Η παρέμβαση αυτή σχεδιάστηκε με γνώμονα τις αυξημένες ανάγκες των κατοίκων, και ιδιαίτερα των παιδιών, που βίωσαν την απώλεια και την ανατροπή της καθημερινότητάς τους. Μέσα από στοχευμένες δράσεις ψυχοκοινωνικής υποστήριξης και δημιουργικής έκφρασης, επιχειρήσαμε να δημιουργήσουμε έναν ασφαλή χώρο επεξεργασίας του τραύματος, ενίσχυσης της ανθεκτικότητας και ανάκτησης της ελπίδας.

Η ενεργή συμμετοχή της εκπαιδευτικής κοινότητας, των τοπικών φορέων και των ίδιων των παιδιών αποτέλεσε καθοριστικό παράγοντα για την επιτυχία του έργου. Η ανταπόκριση που καταγράφηκε επιβεβαιώνει την ανάγκη για παρόμοιες παρεμβάσεις και αναδεικνύει τη σημασία της συλλογικής προσπάθειας σε περιόδους κρίσης.

Θα θέλαμε να εκφράσουμε τις θερμές μας ευχαριστίες προς όλους όσοι συνέβαλαν στην υλοποίηση του έργου, καθώς και προς την σχολική κοινότητα για την εμπιστοσύνη και τη συνεργασία.

Το παρόν βιβλίο αποτυπώνει το σύνολο των δράσεων, των αποτελεσμάτων και του αντίκτυπου του έργου, με την προσδοκία να αποτελέσει βάση για τη συνέχιση και ενίσχυση αντίστοιχων πρωτοβουλιών στο μέλλον.

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

Το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου (Κ.Π.Ε), είναι Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρεία, ιδρύθηκε το **Μάρτιο του 1996** και εδρεύει στη Χίο.

Από το Νοέμβριο του 2005 το Κ.Π.Ε. είναι **Ειδικά Πιστοποιημένος Φορέας Παροχής Υπηρεσιών Κοινωνικής Φροντίδας** (κωδ. Νο 1314ΑΕΝ11097068Ν/0231), σύμφωνα με απόφαση του Υφυπουργού Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης (1453/τ.Β/21-10-05 ΦΕΚ)

Το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου είναι **εναρμονισμένο με την ισχύουσα νομοθεσία** και τους σχετικούς κανονισμούς που σχετίζονται με την **προστασία των προσωπικών δεδομένων** στους τομείς που δραστηριοποιείται.

Σκοπός του Κ.Π.Ε. είναι η **ανάπτυξη και παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας, στο πνεύμα της κοινωνικής και κοινοτικής ψυχιατρικής**: πρόληψη, έγκαιρη διάγνωση, θεραπευτική αντιμετώπιση, ερευνητική μελέτη, σχεδιασμός και εφαρμογή προγραμμάτων δημόσιας υγείας, αγωγή – ευαισθητοποίηση της κοινότητας. Παράλληλα, το Κ.Π.Ε. στοχεύει στο σχεδιασμό και την υλοποίηση Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων για επαγγελματίες και ειδικούς ψυχικής Υγείας & Ειδικής Αγωγής.

Οι **διεπιστημονικές ομάδες** του Κ.Π.Ε στελεχώνονται από τις παρακάτω ειδικότητες: παιδοψυχίατρο, ψυχίατρο, ψυχολόγο, κοινωνικό λειτουργό, λογοπεδικό, εργοθεραπευτή, μουσικοθεραπευτή, ειδικό παιδαγωγό, γυμναστή ειδικής φυσικής αγωγής, παιδαγωγό προσχολικής αγωγής, ψυχολόγο- σύμβουλο επαγγελματικού προσανατολισμού, νοσηλεύτη.

Η λειτουργία του Κ.Π.Ε. παράλληλα υποστηρίζεται από διοικητική υπηρεσία, λογιστή, νομικό σύμβουλο, υπάλληλο γενικών καθηκόντων.

Το όραμά μας

Ένας κόσμος που μιλά για την ψυχική υγεία με άνεση και αναγνωρίζει, κατανοεί και αποδέχεται τη διαφορετικότητα των ατόμων με ψυχιατρικές/ψυχολογικές/αναπτυξιακές διαταραχές.

Η αποστολή μας

Να εργαζόμαστε κάθε μέρα για να δημιουργήσουμε ένα καλύτερο μέλλον για τα άτομα με ψυχιατρικές/ψυχολογικές/αναπτυξιακές διαταραχές και τις οικογένειές τους, προσφέροντας ποιοτικές υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας και Ειδικής Αγωγής.

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

Να υλοποιούμε δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του κοινού, με απώτερο σκοπό την κατάργηση των διακρίσεων, για να απολαμβάνουν οι ωφελούμενοι μας όλο και περισσότερο τη ζωή τους, συνυπάρχοντας στην κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς.

Να εκπαιδεύουμε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, ώστε να βελτιώνουν τις υπηρεσίες που προσφέρουν σε ωφελούμενους και φροντιστές, συμβάλλοντας στη βελτίωση της ποιότητας της ζωής αμφοτέρων.

Ιστορία

Το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου ιδρύθηκε από ομάδα 14 **επαγγελματιών ψυχικής υγείας**.

Η **έλλειψη** κατάλληλου **θεραπευτικού πλαισίου** σε όλο το Β. Αιγαίο για παιδιά, εφήβους, ενήλικες και τις οικογένειές τους, σε θέματα **ψυχικής υγείας** και **ειδικής αγωγής** αποτέλεσε το κίνητρο για την **έμπνευση** και την **υλοποίηση** αυτού του **εγχειρήματος**.

Το 2026 το Κ.Π.Ε κλείνει τα **30 χρόνια λειτουργίας** του. Με πολύ μεγάλη **επιμονή**, **υπομονή** και τεράστια **δύναμη** εθελοντισμού, συνεχίζει να δίνει τον αγώνα του, προσπαθώντας να καλύψει τις ανάγκες για ποιοτική παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας και ειδικής αγωγής.

Από το 2008 το Κ.Π.Ε δηλώνει **δυναμικά** την παρουσία του και στην **Αθήνα**, παρέχοντας **εξειδικευμένες** υπηρεσίες σε άτομα με **Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος**.

Παράλληλα, το Κ.Π.Ε **εκπαιδεύει και ευαισθητοποιεί** την κοινωνία προκειμένου να **εξαλειφθεί** το **στίγμα** της **ψυχικής νόσου**, μέσω της πραγματοποίησης ποικίλων δράσεων. Συγκεκριμένα, **διοργανώνει ημερίδες** και **συμπόσια** για εκπαιδευτικούς, γονείς και επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Επιπλέον, πραγματοποιεί **επισκέψεις** στα σχολεία με στόχο την **αμφίδρομη** επικοινωνία καθώς και την **ενημέρωση** των εκπαιδευτικών. Τέλος, **ενημερώνει και ευαισθητοποιεί** την κοινωνία δυναμικά μέσω της συγγραφής και δημοσίευσης άρθρων καθώς και της παραχώρησης συνεντεύξεων σε τοπικά και εθνικά Μ.Μ.Ε.

Το Κ.Π.Ε από το 1996 έως το τέλος του 2025, μέσα από τις δομές στη Χίο και στην Αθήνα, έχει υποστηρίξει **12.079 παιδιά, εφήβους, ενήλικες** καθώς και τις **οικογένειές** τους. Επίσης, από το 2015 έως και σήμερα στα 112 εκπαιδευτικά προγράμ-

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

ματα που έχει σχεδιάσει και οργανώσει το ΤΕΤΕ, εκπαιδεύτηκαν **1.847 επαγγελματίες ψυχικής υγείας, υγείας, ειδικής αγωγής, καθώς και εκπαιδευτικοί αλλά και γονείς** ατόμων με ΔΑΦ, ενώ παράλληλα σχεδιάστηκαν **14 ερευνητικά προγράμματα**.

Ταυτόχρονα, το **ανθρώπινο δυναμικό** που απασχολείται στο Κ.Π.Ε μέχρι και το τέλος του 2025 ανερχόταν στα **118 άτομα** (επαγγελματίες ψυχικής υγείας και διοικητικοί υπάλληλοι).

Δομές/Τμήματα:

Χίος: **1996 έως σήμερα:**

1. Τμήμα Παιδιών και Εφήβων (Τ.Π.Ε): 3ος 1996 έως σήμερα

Λειτουργεί ως **Α' Βάθμια** μονάδα ψυχικής υγείας παρέχοντας **εξειδικευμένες** θεραπείες (λογοθεραπεία, εργοθεραπεία, ψυχοθεραπεία, αποκατάσταση μαθησιακών δυσκολιών, συμβουλευτική κ.α) για **παιδιά, εφήβους** και τις **οικογένειες τους** με **αναπτυξιακές, συναισθηματικές και ψυχιατρικές διαταραχές**. Οι κύριες δραστηριότητες και υπηρεσίες του Τ.Π.Ε αφορούν στην πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία – αποκατάσταση των παραπάνω διαταραχών καθώς και την αγωγή κοινότητας.

Στο πλαίσιο των παρεχόμενων υπηρεσιών, ιδιαίτερη έμφαση έχει δοθεί σε ομαδικά προγράμματα, όπως η Σβούρα και το Ημερήσιο Καλοκαιρινό Πρόγραμμα. Μέλη των ομάδων είναι παιδιά με ή χωρίς διαταραχές. Στόχος είναι η **πρόληψη**, η **ψυχαγωγία**, η **κοινωνικοποίηση**, η **αλληλεπίδραση** καθώς και η **συνδιαλλαγή** των παιδιών.

Μια **καινοτόμος** θεραπευτική μέθοδος που ξεκίνησε να εφαρμόζεται στο Τμήμα Παιδιών και Εφήβων από το 2007 είναι η μέθοδος **τηλεαποκατάστασης**. Απευθύνεται σε οικογένειες που λόγω της απόστασης (π.χ. Οινούσσες, Ψαρά κτλ) ή άλλων παραγόντων, δεν έχουν τη δυνατότητα να λάβουν κάποιο είδος διαζώσης θεραπείας. Η ανάγκη κάλυψης των αναγκών αυτών των οικογενειών σε συνδυασμό με τη φιλοσοφία της διεπιστημονικής ομάδας που ορίζει ότι **όλοι οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα στη θεραπεία**, οδήγησε στην εφαρμογή της τηλεαποκατάστασης. Έτσι, δίνεται η δυνατότητα λήψης εξειδικευμένων θεραπειών εξ αποστάσεως.

Από τον 3ο του 1996 ως 31/12/2025 έχουν εξυπηρετηθεί **4.626 παιδιά, έφηβοι και οι οικογένειες τους**.

2. Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας Χίου (Κ.Μ.Ψ.Υ.): 1ος 2007 έως σήμερα

Η Κ.Μ.Ψ.Υ. παρέχει υπηρεσίες σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες, που αντιμετωπίζουν ψυχική νόσο, καθώς και τις οικογένειές τους, που κατοικούν στα νησιά **Χίος, Οινούσσες, Ψαρά**. Πραγματοποιούνται τακτικά κλημάκια, τα οποία είναι κατάλληλα σχεδιασμένα να καλύπτουν τις ανάγκες σε **όλη την Περιφερειακή Ενότητα Χίου**. **Οι ειδικοί ψυχικής υγείας εξυπηρετούν τους κατοίκους ακόμη και των πιο απομακρυσμένων περιοχών του νομού παρέχοντας** παιδοψυχιατρικές και ψυχιατρικές υπηρεσίες κοινοτικής ψυχιατρικής.

Οι δράσεις Αγωγής Κοινότητας είναι ενσωματωμένες στη λειτουργία και φιλοσοφία της ΚΜΨΥ. Έχουν στόχο την **καταπολέμηση του στίγματος της ψυχικής νόσου** και τη δημιουργία **υποστηρικτικού** δικτύου προς τον πάσχοντα εντός της κοινότητας που ζει. Όλα αυτά επιτυγχάνονται μέσω συνεχών και σταθερών συναντήσεων του προσωπικού με τους φορείς της κοινότητας (γιατρούς, εκπαιδευτικούς, τοπικούς φορείς κ.ά.).

Τα τελευταία χρόνια η Κ.Μ.Ψ.Υ. εξυπηρετεί και μέρος του αριθμού των προσφύγων και μεταναστών που καταφθάνουν στο νησί. Η παραπομπή των ατόμων αυτών στη Μονάδα προέρχεται από πολλαπλές πηγές, όπως το Νοσοκομείο, τους καταυλισμούς που έχουν δημιουργηθεί για την προσωρινή φιλοξενία, το Κέντρο Ταυτοποίησης, την Αστυνομία, τις δρούσες στο νησί ΜΚΟ και οι υπηρεσίες που παρέχονται αφορούν την ψυχιατρική εκτίμηση παιδιών και ενηλίκων, την παρακολούθηση των περιστατικών για όσο διάστημα βρίσκονται στο νησί, την υποστηρικτική και τη συμβουλευτική γονέων καθώς και την παροχή συμβουλευτικής των επαγγελματιών που εμπλέκονται στη διαχείριση των περιστατικών.

Από τον 1ο του 2007 ως 31/12/2025 έχουν εξυπηρετηθεί **5.485 ενήλικες, έφηβοι και παιδιά**.

3. Τμήμα Ψυχικής Υγείας Ενηλίκων: 11ος 2014 έως σήμερα

Σκοπός της λειτουργίας του είναι η παροχή **εξειδικευμένων υπηρεσιών σε ενήλικες με ψυχικές δυσκολίες, ψυχοκοινωνικά προβλήματα και αναπτυξιακές δυσκολίες (διαταραχή αυτιστικού φάσματος, νοτική υστέρηση και σύνδρομα)**. Πιο συγκεκριμένα, στόχος της δομής είναι η πρόληψη, η προσωπική ανάπτυξη, η διάγνωση και η αντιμετώπιση των ψυχικών δυσκολιών, με στόχο τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των εξυπηρετούμενων.

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

Οι υπηρεσίες που παρέχονται είναι **ψυχιατρική εκτίμηση και παρακολούθηση, ψυχοθεραπείες** διάφορων τύπων και προσεγγίσεων, **ψυχοκοινωνική στήριξη και αποκατάσταση, ψυχολογικά τεστ, συμβουλευτική οικογενειών** ατόμων με ψυχικές δυσκολίες, **ομάδες αυτοβοήθειας, βιωματικού τύπου σεμινάρια προσωπικής ανάπτυξης, λογοθεραπεία** ενηλίκων.

Από τον 11ο 2014 ως 31/12/2025 έχουν εξυπηρετηθεί **1.229 ενήλικες**.

Αθήνα: 2008 έως σήμερα

4. Κέντρο Ημέρας (Κ.Η.) Εφήβων με Αυτισμό στη Δυτική Αττική «Στην Αυλή του Κόσμου»: 3ος 2008 έως σήμερα

Το Κ.Η. έχει έδρα το Περιστέρι και λειτουργεί από τις αρχές του 2008 ως **μονάδα ημερήσιας θεραπευτικής φροντίδας και ενίσχυσης της ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης** εφήβων και νεαρών ενηλίκων (ηλικίας 15-30 ετών) με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος (Δ.Α.Φ). Σκοπό έχει την **κοινωνική ένταξη και λειτουργική αυτονόμηση των μελών του**, τη **στήριξη** των οικογενειών τους, την αγωγή της κοινότητας καθώς και τη δημιουργία δικτύου εθελόντων. Είναι μία από τις **ελάχιστες** δομές στην Ελλάδα που εξυπηρετούνται και καλύπτονται οι ανάγκες εφήβων και νεαρών ενηλίκων με αυτισμό **μέσης και χαμηλής** λειτουργικότητας.

Από την αρχή λειτουργίας του Κ.Η. έως τις 31/12/2025 έχουν εξυπηρετηθεί **221 έφηβοι και νεαροί ενήλικες με Δ.Α.Φ. και οι οικογένειες τους**.

5. Εξειδικευμένο Κέντρο Διάγνωσης & Αποκατάστασης Ατόμων με Δ.Α.Φ. «Ηλιάνθος»: 9ος 2010 έως σήμερα

Ο «Ηλιάνθος» εξυπηρετεί άτομα με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος και απευθύνεται σε παιδιά - εφήβους, νεαρούς ενήλικες και τις οικογένειες τους. Τα θεραπευτικά προγράμματα έχουν ως κεντρικό άξονα την **κοινωνικοποίηση**, την **επικοινωνία** και τη **βελτίωση της λειτουργικότητας** και της **αυτονομίας** των εξυπηρετούμενων. Οι συγκεκριμένοι τομείς είναι ιδιαίτερα σημαντικοί για την ένταξη των ατόμων με ΔΑΦ στην κοινωνία.

Από τον 9ο 2010 έως 31/12/2025 έχουν εξυπηρετηθεί συνολικά **518 παιδιά, έφηβοι και νεαροί ενήλικες με Δ.Α.Φ. και οι οικογένειες τους**.

6. Τμήμα Επιστημονικής Τεκμηρίωσης και Εκπαίδευσης (ΤΕΤΕ): 1ος 2014 έως σήμερα

Σκοπός της λειτουργίας του Τμήματος είναι η **προαγωγή της ερευνητικής δραστηριότητας** και της επιστημονικής τεκμηρίωσης. Επιπλέον σκοπός είναι η **ανάπτυξη στρατηγικής και πολιτικής εκπαίδευσης** στο ΚΠΕ, τόσο για το ανθρώπινο δυναμικό της εταιρίας όσο και για την ανάπτυξη υπηρεσιών εκπαίδευσης για συγκεκριμένες ομάδες- στόχους.

Οι **Στόχοι** του τμήματος είναι:

1. η υποστήριξη, προαγωγή και συντονισμός της ερευνητικής δραστηριότητας και της επιστημονικής τεκμηρίωσης των ακολουθούμενων πρακτικών.
2. η αξιολόγηση των παρεχόμενων υπηρεσιών και θεραπευτικών παρεμβάσεων.
3. ο σχεδιασμός, οργάνωση και υποστήριξη Προγραμμάτων Εκπαίδευσης.

Από τον Γενάρη 2015 έως και σήμερα, το ΤΕΤΕ, έχει σχεδιάσει και υλοποιήσει **112 εκπαιδευτικά προγράμματα, τα οποία παρακολούθησαν 1.847 επαγγελματίες ψυχικής υγείας, υγείας, ειδικής αγωγής και εκπαιδευτικούς**. Παράλληλα έχουν σχεδιαστεί **14 Ερευνητικά Προγράμματα**.

Υλοποίηση Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων/συνεργασιών

Το Κ.Π.Ε. έχοντας ως γνώμονα την επίτευξη των στόχων του, δραστηριοποιείται στο σχεδιασμό και την υλοποίηση **ευρωπαϊκών προγραμμάτων και συνεργασιών**. Πιο συγκεκριμένα, προσπαθεί να αναπτύξει ένα ευρύ δίκτυο **συνεργατών σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο** στους τομείς της ειδικής αγωγής και της ψυχικής υγείας. Ορισμένες από τις δράσεις που έχουν χρηματοδοτηθεί μέσω ευρωπαϊκών προγραμμάτων είναι:

- «Δημιουργία λογισμικού για τη διαποκατάσταση προβλημάτων λόγου και μαθησιακών δυσκολιών σε παιδιά-κατοίκους απομακρυσμένων περιοχών,
- «Συναισθηματική νοημοσύνη για μαθητές προσχολικής ηλικίας»,
- «Δημιουργία Θέσεων Απασχόλησης σε Τοπικό Επίπεδο μέσω Προγραμμάτων Κοινωνικού Χαρακτήρα»,
- «Διαρθρωτική προσαρμογή εργαζομένων μικρών επιχειρήσεων, που απασχολούν 20-49 άτομα, εντός της οικονομικής κρίσης,
- «Στηρίζοντας την απασχόληση των Ευάλωτων Κοινωνικών Ομάδων στην Περιφερειακή Ενότητα Χίου»,
- «Δίκτυο τοπικών φορέων για την ανάπτυξη της απασχόλησης στη Χίο»,
- "Ενέργειες στήριξης ηλικιωμένων και λοιπών ατόμων που χρήζουν βοήθειας

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

για την ενίσχυση της απασχολησιμότητας των εμμέσως ωφελούμενων ατόμων”,

- Παροχή υπηρεσιών ψυχολόγων στα πλαίσια της υλοποίησης του «Επιχειρησιακού Προγράμματος Επισιτιστικής και Βασικής Υλικής Συνδρομής για το Ταμείο Ευρωπαϊκής Βοήθειας για τους Απόρους (TEBA/FEAD)»,

- Παροχή υπηρεσιών ημερήσιας φροντίδας, παραμονής και δικτύωσης στα πλαίσια του ΠΕΠ Αττικής 2014-2020, “Πρωώθηση της Κοινωνικής Ένταξης και καταπολέμηση της φτώχειας και διακρίσεων – διασφάλιση της κοινωνικής συνοχής”.

- Δράσεις Παροχής Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας στην κοινότητα από την Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας Χίου στα πλαίσια του ΠΕΠ Βορείου Αιγαίου 2014-2020, “Ανάπτυξη, αξιοποίηση και αύξηση της συμμετοχής του ανθρώπινου δυναμικού στην αγορά εργασίας, ενεργός ένταξη και κοινωνική ενσωμάτωση κοινωνικά και οικονομικά ευπαθών ομάδων”.

- IPAT - Integrative Parents' Autism Training, το οποίο χρηματοδοτήθηκε από το Erasmus +. Το έργο είχε ως στόχο την αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με το ρόλο και τη σημασία της γονικής κατάρτισης για τις ανάγκες των αυτιστικών ατόμων. Δημιουργήθηκε ψηφιακή πλατφόρμα αυτοεκπαίδευσης γονέων.

- Grow4Autism, το οποίο χρηματοδοτήθηκε από το Active citizens fund. Σκοπό είχε τη δημιουργία και λειτουργία δικτύου συλλόγων και φορέων που εμπλέκονται με άτομα στο φάσμα του αυτισμού (γονείς, φροντιστές, μη κερδοσκοπικοί φορείς), με ανταλλαγή καλών πρακτικών και ενίσχυση ικανοτήτων. Τα αποτελέσματά του ήταν: Ψηφιακή πλατφόρμα δικτύωσης, ψηφιακός πρακτικός οδηγός για γονείς, σεμινάρια κατάρτισης, ανάπτυξη δεξιοτήτων οργανώσεων.

- SEA: Συνηγορία, Εποπτεία και Ενδυνάμωση Οικογενειών με μέλη με Αυτισμό. Έργο που υλοποιήθηκε με χρηματοδότηση του προγράμματος BUILD. Σκοπός είχε την υποστήριξη ατόμων με αυτισμό και των οικογενειών τους μέσω ενημέρωσης για τα δικαιώματά τους και σχεδιασμό στρατηγικών για τη διεκδίκησή τους, ενδυναμώνοντας την ικανότητά τους να προσεγγίζουν υπηρεσίες, θεσμούς και υποστήριξη. Τα αποτελέσματά του ήταν: Οδηγοί δικαιωμάτων, Υπόμνημα σε αρμόδια υπουργεία για επηρεασμό πολιτικών.

- ΑμεΑ Πρωτοπόροι στην Τεχνητή Νοημοσύνη. Το έργο υλοποιείται από την εταιρεία SciFY και το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου με υποστήριξη από Κοινωφελή Ιδρύματα. Αφορά την εκπαίδευση ατόμων με αναπηρίες (Δ.Α.Φ., ψυχικές διαταραχές, κινητικές αναπηρίες) στην «εκπαίδευση» συστημάτων Τεχνητής Νοημοσύνης. Στη συνέχεια οι εκπαιδευόμενοι αναλαμβάνουν να πραγματοποιήσουν υποστηριζόμενη εργασία σε πραγματικές συνθήκες.

- Μαζί με την Wella Company κάνουμε τα κομμωτήρια Autism Friendly! Η Wella Company και το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου ενώνουν τις δυνάμεις τους και συμ-

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

βάθουν στην προσβασιμότητα των αυτιστικών ατόμων στις υπηρεσίες κομμωτηρίου στην Ελλάδα, με την εκπαίδευση 60 κομμωτών/τριών πάνω στην ανάλυση των αισθητηριακών δυσκολιών που επηρεάζουν την εμπειρία ενός ατόμου με ΔΑΦ στο κομμωτήριο και πρακτικές τεχνικές προσαρμογής και εξατομικευμένης προσέγγισης.

■ Προαγωγή της Στοματικής Υγείας και Υγιεινής στα άτομα με ΔΑΦ. Για την υλοποίηση του προγράμματος συστήθηκε διεπιστημονική ομάδα με μέλη από: Εργαστήριο Παιδοδοντιατρικής/Οδοντιατρική Σχολή ΕΚΠΑ, Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία-Επιτροπή Πρόληψης και Προαγωγής Στοματικής Υγείας, Ελληνική Παιδοδοντική Εταιρεία, Ελληνική Εταιρεία Νοσοκομειακής Οδοντιατρικής, Ελληνική Εταιρία Αναπτυξιακών Παιδιάτρων, Ιατρείο Αυτισμού/ Παιδοψυχιατρική κλινική ΕΚΠΑ Νοσοκομείο Αγία Σοφία, καθώς και από το Τμήμα Επιστημονικής Τεκμηρίωσης του Κέντρου Παιδιού και Εφήβου. Σκοπός του προγράμματος ήταν η προαγωγή της στοματικής υγείας και υγιεινής των αυτιστικών ατόμων με συνεπαγόμενη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ίδιων και των φροντιστών τους, με τη δημιουργία 3 ψηφιακών εγχειριδίων.

■ Pass4autism - Platform using Artificial intelligence to improve Social Skills for Autism, Erasmus +. Διακρατική σύμπραξη με στόχο τη βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων παιδιών με Διαταραχή του Φάσματος του Αυτισμού (ΔΑΦ) μέσω καινοτόμων εκπαιδευτικών προσεγγίσεων που αξιοποιούν εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης. Βασική επιδίωξη ήταν να υποστηρίξει γονείς/φροντιστές, θεραπευτές και εκπαιδευτές ώστε να βοηθούν τα παιδιά να συμμετέχουν πιο ενεργά στην κοινότητα και στην καθημερινή ζωή.

■ PreBurn – Training autism workforce for managing and preventing burnout in autism service provision, Erasmus +. Διακρατική σύμπραξη με στόχο την πρόληψη και διαχείριση της επαγγελματικής εξουθένωσης (burnout) σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας και φροντίδας που εργάζονται με αυτιστικά άτομα, μέσω της ανάπτυξης εκπαιδευτικής ενότητας (Training Module) και ψηφιακού εργαλείου αυτο-εκπαίδευσης (Self-Training Tool), καθώς και στη διαμόρφωση συστάσεων πολιτικής.

■ Το Κέντρο Παιδιού & Εφήβου είναι εγκεκριμένος πάροχος στο Πρόγραμμα Πρώιμης Παιδικής Παρέμβασης της Ε.Ε.Τ.Α.Α.. Το πρόγραμμα απευθύνεται σε βρέφη και παιδιά 0–6 ετών με αναπηρία ή αναπτυξιακή διαταραχή (συμπεριλαμβανομένων των ΔΑΦ) και στις οικογένειές τους, παρέχοντας εξατομικευμένες υπηρεσίες υποστήριξης και θεραπείες. Χρηματοδοτείται από το Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας «Ελλάδα 2.0» με πόρους της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Next-GenerationEU).

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

■ **New Start.** Χρηματοδοτήθηκε από το Active citizens fund. Το έργο απευθύνθηκε σε εφήβους και νεαρούς ενήλικες με ψυχοκοινωνικές δυσκολίες που είχαν αναπτύξει αποκλίνουσα συμπεριφορά ή διέτρεχαν κίνδυνο να διαπράξουν κάποια αξιόποινη πράξη. Ενδυναμώθηκαν μέσω υπηρεσιών ψυχοκοινωνικής στήριξης και εργαθειών επαγγελματικού προσανατολισμού και υποστηρίχτηκαν για ένταξη στην αγορά εργασίας. Επίσης εκδόθηκαν 2 εγχειρίδια για την υποστήριξη της επαγγελματικής σταδιοδρομίας των ωφελοούμενων του προγράμματος.

■ **Ψυχική Ενδυνάμωση παιδιών και εφήβων σε ακριτικά νησιά του Βορείου Αιγαίου,** με την υποστήριξη του Ιδρύματος Μποδοσάκη. Σκοπός ήταν η ενίσχυση της ψυχικής υγείας και κοινωνικής υποστήριξης των παιδιών και εφήβων στα νησιά Χίος, Σάμος, Λέσβος, Λήμνος των ανωτέρω νησιών που εξυπηρετούν και παιδιά από τα γύρω νησιά (Οινούσες, Ψαρά, Ικαρία, Φούρνους, Θύμαινα και Άν Στράτη), καθώς και πανελληνίως. Τα αποτελέσματά του ήταν: Παρεμβάσεις, δράσεις ενδυνάμωσης, εκστρατείες ευαισθητοποίησης οικογενειών/υπηρεσιών στην κοινότητα και εγχειρίδιο ψυχικής ενδυνάμωσης παιδιών και εφήβων.

■ **Care4skills, Erasmus+.** Το έργο συντονίζεται από το European Association Of Service Providers For Persons With Disabilities (EASPD) με τη συμμετοχή 10 ευρωπαϊκών χώρων και αποσκοπεί στην (επαν)εκπαίδευση, την ενίσχυση δεξιοτήτων και την υποστήριξη των εργαζομένων στον τομέα της μακροχρόνιας φροντίδας (ΜΦ), καθώς και στη βελτίωση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών. Τα αποτελέσματά του θα είναι: Εκπαιδευτικό υλικό και εργαλεία για εργαζόμενους σε υπηρεσίες φροντίδας, Οδηγοί πρακτικών επανεκπαίδευσης/ενδυνάμωσης, Πλατφόρμες και εκπαιδεύσεις για στελέχωση υπηρεσιών φροντίδας.

■ **Μαζί ενάντια στη βία κατά των παιδιών στο Βορειοανατολικό Αιγαίο – STEP** (Συνεργασία – Τεκμηρίωση – Εκπαίδευση – Πρόληψη). Σκοπός του έργου είναι η πρόληψη και καταπολέμηση της βίας κατά των παιδιών στο Βορειοανατολικό Αιγαίο, μέσα από στοχευμένες παρεμβάσεις πρόληψης και υποστήριξης. Υλοποιείται σε πέντε νησιά — Χίο, Σάμο, Ικαρία, Λέσβο και Λήμνο - στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου και εταίρο την ΑΜΚΕ «Εικαστικό Θέατρο Κούκλας Πράσσειν Άλλογα».

■ **Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Στήριξης Πυρόπληκτων Περιοχών Χίου – Το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου,** με τη χρηματοδότηση του Ιδρύματος Μποδοσάκη, υλοποιεί παρέμβαση ψυχοκοινωνικής στήριξης για τους κατοίκους των περιοχών της Χίου που επλήγησαν από τις καταστροφικές πυρκαγιές, με στόχο την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας, την επεξεργασία του τραύματος και την ενδυνάμωση της κοινωνικής συνοχής. Το έργο περιλαμβάνει βιωματικά

ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

εργαστήρια για παιδιά σε 10 Δημοτικά σχολεία και καλλιτεχνική δράση με συμμετοχική έκθεση στη Βοήισσό.

Τέλος, η δραστηριότητα του Κ.Π.Ε. περιλαμβάνει επίσης:

■ **Σταθερή παρουσία στην επιστημονική κοινότητα** με παρουσιάσεις και ανακοινώσεις σε πανελλήνια, ευρωπαϊκά και διεθνή συνέδρια.

■ Σε **θεσμικό επίπεδο**, το Κ.Π.Ε. συμμετέχει στη **διαμόρφωση πολιτικών ψυχικής υγείας στην Ελλάδα και την Ευρώπη** μέσα από τη συμμετοχή του σε δίκτυα και επιτροπές:

- Συμμετοχή στην ομάδα Πρωτοβουλίας **Σύστασης** του **Κοινωνικού Συνεταιρισμού Περιορισμένης Ευθύνης (Κοι.Σ.Π.Ε) Τομέα Ψυχικής Υγείας Νομού Χίου** από το 2000 και ιδρυτικό μέλος του Κοι.Σ.Π.Ε. Χίου από το 2004.
- Συμμετοχή ως ιδρυτικό μέλος και μέλος του Δ.Σ. στο **Πανελλήνιο Σωματείο Ιδιοκτητών Μονάδων Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Ψυχικής Υγείας για παιδιά, εφήβους και οικογένειες**.
- Συμμετοχή ως **ιδρυτικό μέλος** στο **Πανελλήνιο Επιστημονικό Δίκτυο για τις Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος**.
- Συμμετοχή ως **ιδρυτικό μέλος** στην **Ομοσπονδία Φορέων Ψυχικής Υγείας ΑΡΓΩ**.
- Συμμετοχή στο **Πανελλήνιο Δίκτυο Κινητών Μονάδων Ψυχικής Υγείας**.
- Συμμετοχή στην **Ομοσπονδία Εθελοντικών μη Κυβερνητικών Οργανώσεων Ελλάδας (ΟΕΜΚΟΕ)**.
- Συμμετοχή ως ιδρυτικό μέλος στο **Δίκτυο Παρόχων Υπηρεσιών για Άτομα με Αναπηρία «Το Δίκτυο»**.
- Συμμετοχή στο **European Association of service Providers for Persons with Disabilities (EASPD)** ως μέλος.
- Συμμετοχή ως μέλος του δικτύου του **Βρετανικού Ινστιτούτου για τις Νοντικές Αναπηρίες- BILD (British Institute for Learning Disabilities)**.
- Συμμετοχή ως μέλος της **Ελληνικής Εταιρείας Υποστηριζόμενης Εργασίας (ΕΛ.ΕΤ.ΥΠ.Ε.)**.
- Συμμετοχή ως μέλος στην **Ένωση Μικρομεσαίων ΟΚοιΠ**

■ **Έκδοση τριών (3) βιβλίων:**

- Τίτλος: **«Δυσκολίες στην Ανάπτυξη της Κίνησης και του Λόγου. Οι επιπτώσεις στη σχολική Ζωή»**, Κέντρο Παιδιού και Εφήβου, 2008

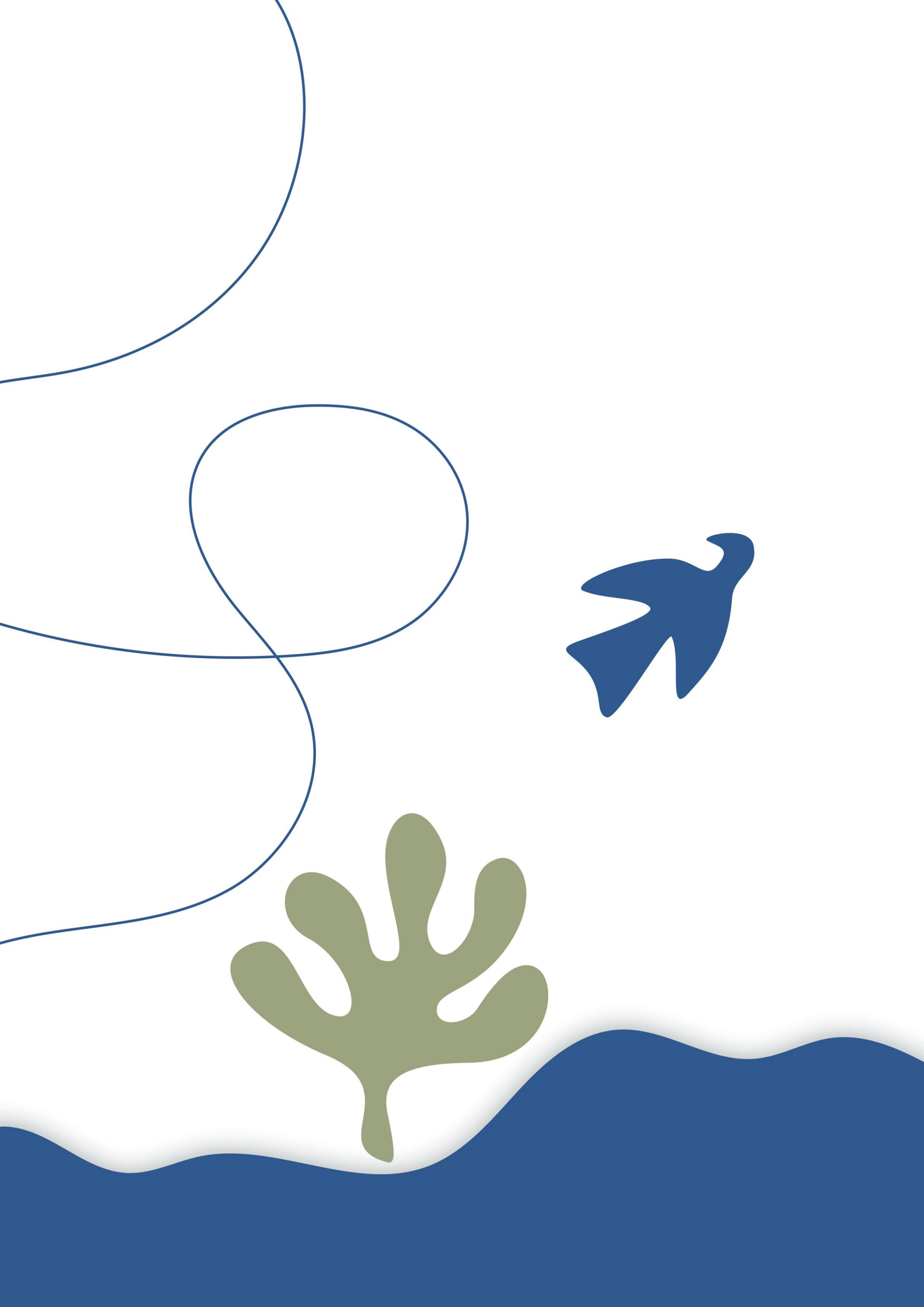
ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥ

- Τίτλος: «**Συναισθηματική Νοημοσύνη για παιδιά προσχολικής ηλικίας**», Σύμπραξη Comenius Regio, 2013
- Παιδικό παραμύθι «**Μάιλο: Ένα αστεράκι στην αυλή μας**» ευαισθητοποίησης παιδιών προσχολικής και πρωτο-σχολικής ηλικίας για τον Αυτισμό, 2021

■ Βραβεύσεις

- Το βραβείο της «**ΜΚΟ της Χρονιάς**» στην κατηγορία **Κοινωνία** κατέκτησε το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου για το **autismap.gr** στο θεσμό των **Hellenic Responsible Business Awards 2021**.
- Με το βραβείο **Bravo Sustainability Awards 2022** και το σήμα του «**Πρεσβευτή Βιώσιμης Ανάπτυξης**» τιμήθηκε το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου στον ετήσιο διαγωνιστικό θεσμό που διοργανώνει το **Quality Net Foundation, για το autismap.gr**: Για μία κοινωνία πιο φιλική στον αυτισμό.
- Το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου βραβεύθηκε στα **Bravo Sustainability Dialogue & Awards 2024** για το **Πρόγραμμα Ψυχικής Ενδυνάμωσης Παιδιών και Εφήβων στα Ακριτικά Νησιά του Βορείου Αιγαίου**, το οποίο είχε στόχο τη στήριξη των παιδιών και εφήβων που ζουν σε περιοχές με περιορισμένη πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας
- Το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου, σε συνεργασία με τη **Wella Company**, τιμήθηκε με **Bronze Award στα Hellenic Responsible Business Awards 2025**, στην κατηγορία «**Συνεργασία Επιχείρησης & ΜΚΟ**», για την πρωτοβουλία «**Τα Κομμάτια Γίνονται Autism-Friendly**». Η διάκριση αναγνωρίζει τη συμβολή της σύμπραξης στη δημιουργία προσβάσιμων και συμπεριληπτικών υπηρεσιών για άτομα με ΔΑΦ, μέσω εξειδικευμένης εκπαίδευσης επαγγελματιών κομμωτικής και προώθησης της κοινωνικής ενσωμάτωσης χωρίς αποκλεισμούς.
- Το Κέντρο Παιδιού και Εφήβου τιμήθηκε στα **Bravo Sustainability Dialogue & Awards 2025**, στη θεματική «**Βελτίωση της Ποιότητας Ζωής των Πολιτών**» (Πυλώνας ΚΟΙΝΩΝΙΑ), για την Πρωτοβουλία «**Στοματική Υγεία και Αυτισμός: Ισότιμη Πρόσβαση για ένα πιο Υγιές Χαμόγελο**». Η διάκριση αναγνωρίζει τη συμβολή του Κέντρου στην προώθηση της ισότιμης πρόσβασης στη στοματική φροντίδα για παιδιά και εφήβους στο φάσμα του αυτισμού, ενισχύοντας τη συμπερίληψη και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Φεβρουάριος 2026



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓ. ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΣΥΚΟΥΣΗ



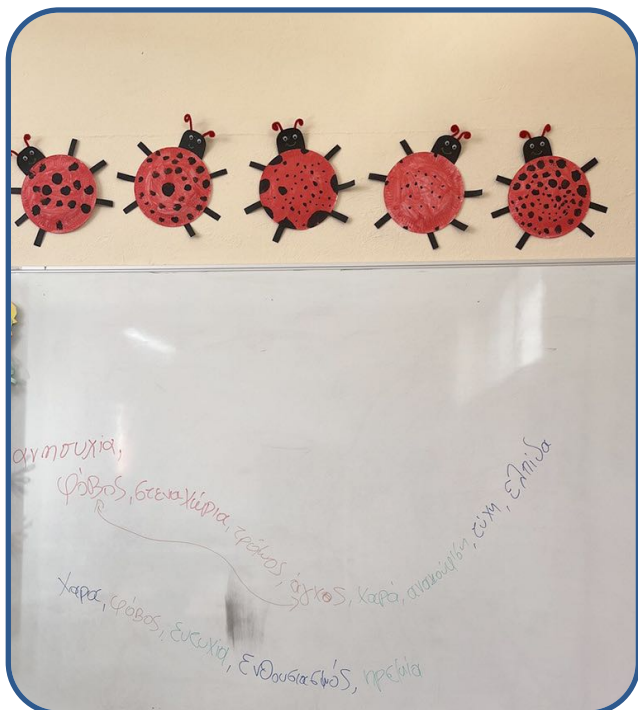
02 & 09/12/2025



Άγιος Γεώργιος Συκούσης



19 παιδιά όλων των τάξεων
του δημοτικού καθώς το σχολείο
είναι διαθέσιο



1^η συνάντηση

Η 1η συνάντηση ξεκίνησε με ιδεοθύελλα για το τι είναι η φύση, τι δίνει η φύση στον άνθρωπο, τι προσφέρει ο άνθρωπος στη φύση και τι κακό κάνει ο άνθρωπος στη φύση. Έπειτα, έγινε διαδραστική συζήτηση με τα παιδιά σε σχέση με τη φωτιά που έπληξε πολλές περιοχές της Χίου.

Μοιράστηκαν σκέψεις, συναισθήματα και αντιδράσεις που πυροδότησε το παραπάνω γεγονός. Στη συνέχεια, επικεντρώθηκαν σε σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές

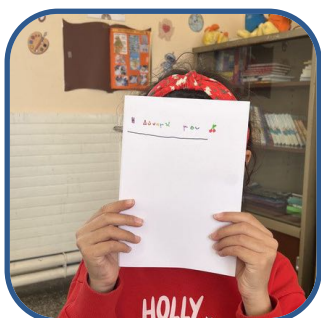
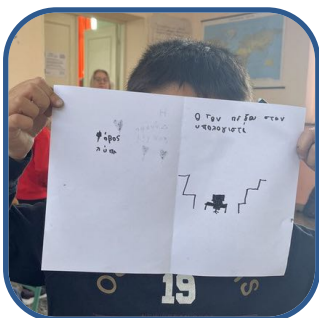
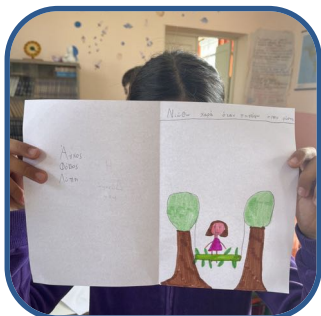
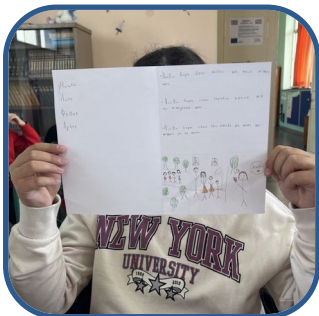
που είχαν μετά τη φωτιά, κυρίως
εστιάζοντας στο εδώ και τώρα.

Παράλληλα, τα συναισθήματα που πυροδότησε η φωτιά καταγράφηκαν στον πίνακα με ζεστά χρώματα (κόκκινο, πορτοκαλί και κίτρινο) και με ψυχρά χρώματα που αντιπροσωπεύουν την αναγέννηση της φύσης, δηλαδή τα συναισθήματα του παρόντος ορμώμενα από ευχάριστες σκέψεις και δραστηριότητες.

Το κάθε παιδί δημιούργησε σε χαρτί το δικό του κύκλο που εμπεριείχε τα συναισθήματα που ένιωσε και κατόπιν σύγκρισης τα παιδιά εντόπισαν κοινά και διαφορετικά συναισθήματα μετά από το κοινό γεγονός.



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓ. ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΣΥΚΟΥΣΗ

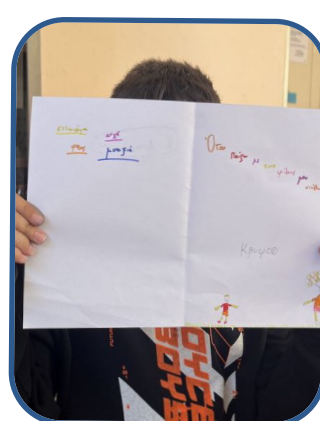
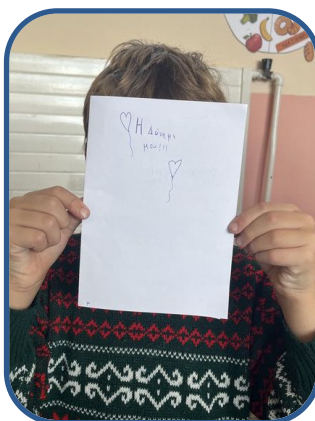
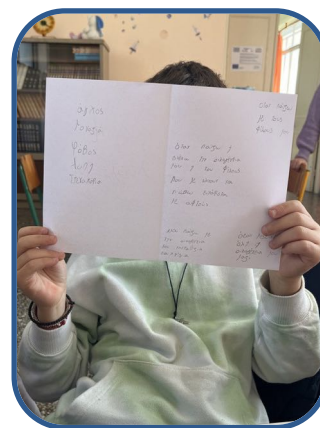
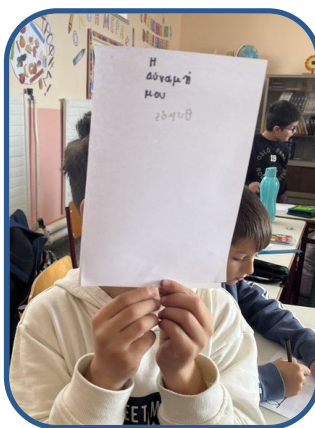


Στο 2ο μέρος της 1ης συνάντησης τα παιδιά άσκησαν τεχνικές ενσυνειδητότητας, ως τρόπο διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων, χρησιμοποιώντας την αίσθηση της ακοής και την κίνηση. Αναλυτικότερα, η 1η μουσική τους παρακίνησε να κινούν τα χέρια τους με ένταση και η 2η μουσική πιο ανάλαφρα. Καθ'όλη τη διάρκεια η καθοδήγηση ήταν να επικεντρωθούν στις αισθήσεις που δημιουργήθηκαν στα χέρια. Στόχος ήταν να ενισχυθεί η επαφή με το παρόν τους και τις αισθήσεις τους.

2^η συνάντηση

Στη 2η συνάντηση αποδείχθηκε πως τα παιδιά είχαν αφομοιώσει τα παραπάνω καθώς ήταν σε θέση να τα συμπεριλάβουν αβίαστα σε ένα εικαστικό έργο, το οποίο επέλεξαν και δημιούργησαν.

Τέλος, δημιούργησε το κάθε παιδί ένα προσωπικό βιβλίο ενδυνάμωσης, το οποίο εμπεριείχε 'δύσκολα' συναισθήματα, αλλιά και άτομα και δραστηριότητες (η δύναμή τους) που δημιουργούν ευχάριστα συναισθήματα. Έτσι, αναγνώρισαν τους προσωπικούς παράγοντες που μεταβάλλουν τη διάθεσή τους και ενισχύουν πιο ευχάριστα συναισθήματα.





Τα μπαλόνια της φωτιάς

Το κάθε παιδί δημιούργησε το δικό του μπαλόνι, μέσα στο οποίο αποτυπώθηκαν τα συναισθήματα κατά τη διάρκεια της φωτιάς με κύρια το άγχος, λύπη, αγωνία. Επίσης, ενδιάμεσα κατέγραψαν μια ευχή, ενώ στο πάνω μέρος του μπαλονιού κατέγραψαν τα συναισθήματά τους στο 'εδώ και τώρα', τα οποία για τα περισσότερα παιδιά ήταν η χαρά και η αισιοδοξία.

Ως αποτέλεσμα τα παιδιά αναγνώρισαν ποιες σκέψεις πυροδοτούν τα συναισθήματά τους, κατανοώντας ότι αυτά μεταβάλλονται σε ένταση και διάρκεια ανάλογα με τις σκέψεις, τα ερεθίσματα και τις εμπειρίες τους.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΡΥΩΝ



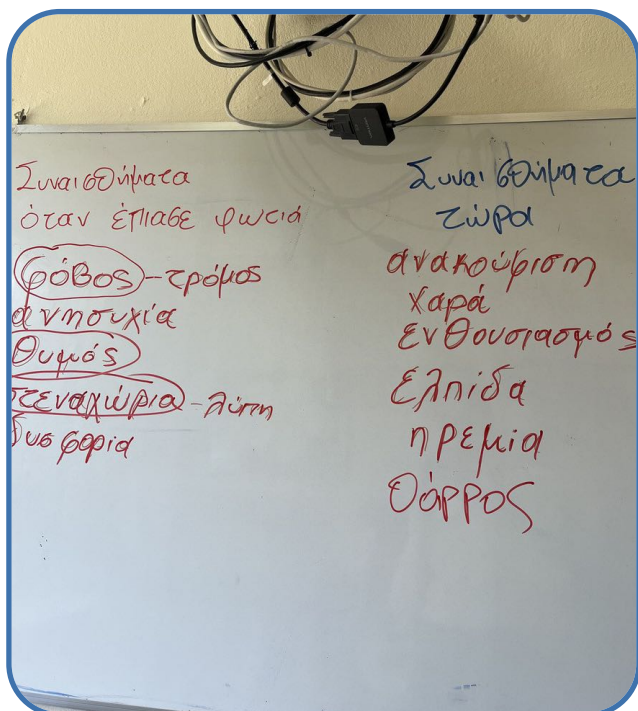
03 & 10/12/2025



Καρυές



17 παιδιά όλων των τάξεων
του δημοτικού καθώς το σχολείο
είναι διαθέσιμο

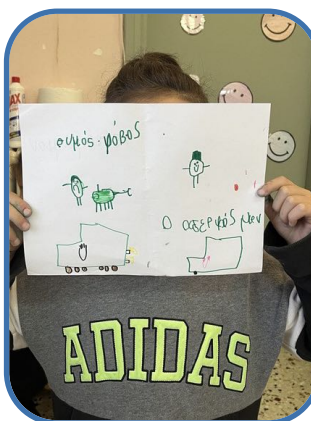
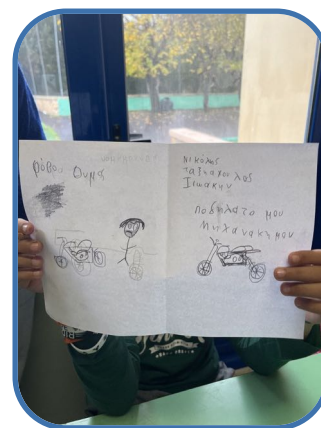
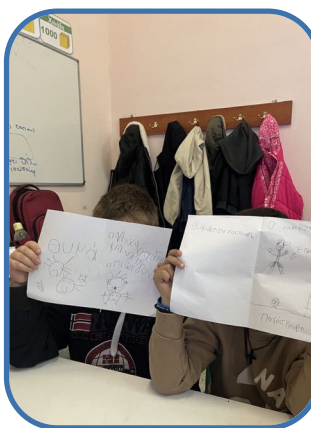


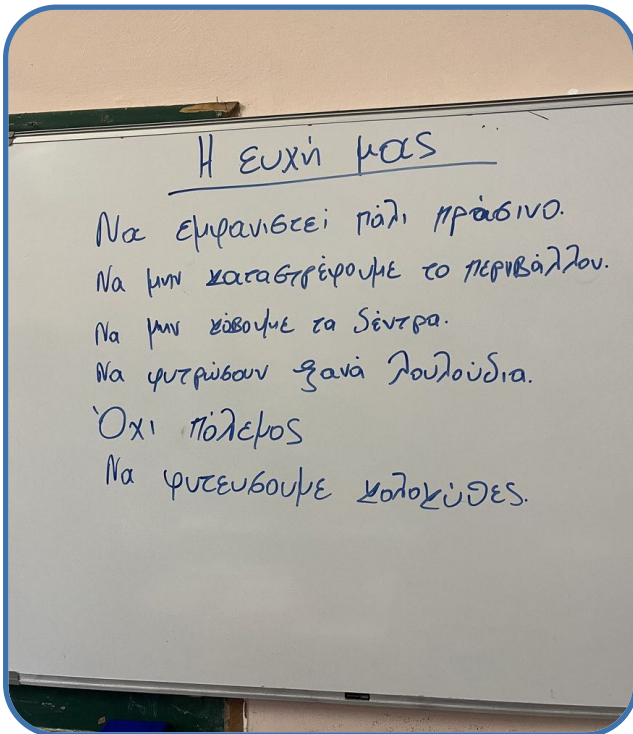
1^η συνάντηση

Ξεκίνησε με την προβολή ενός βίντεο με τίτλο "Το δέντρο που έδινε" το οποίο ήταν η αφορμή για την πυροδότηση συναισθημάτων και σκέψεων σε σχέση με το τι είναι η φύση, τι δίνει η φύση στον άνθρωπο, τι προσφέρει ο άνθρωπος στη φύση και τι κακό κάνει ο άνθρωπος στη φύση.

Έπειτα, έγινε διαδραστική συζήτηση με τα παιδιά σε σχέση με τη φωτιά που έπληξε τον τόπο τους. Μοιράστηκαν σκέψεις, συναισθήματα και αντιδράσεις που πυροδότησε το

παραπάνω γεγονός. Στη συνέχεια, επικεντρώθηκαν σε σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές που είχαν μετά τη φωτιά, κυρίως εστιάζοντας στο εδώ και τώρα. Παράλληλα, τα συναισθήματα που πυροδότησε η φωτιά καταγράφηκαν στον πίνακα με ζεστά χρώματα (κόκκινο, πορτοκαλί και κίτρινο) και με ψυχρά χρώματα που αντιπροσωπεύουν την αναγέννηση της φύσης, δηλαδή τα συναισθήματα του παρόντος. Έτσι, ήρθαν σε επαφή με τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους και συνειδητοποίησαν την εμπλοκή πολλών συναισθημάτων ακόμα και σε περίοδο κρίσης.





Στο 2ο μέρος της 1ης συνάντησης τα παιδιά άσκησαν τεχνικές ενσυνειδητότητας, ως τρόπο διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων, χρησιμοποιώντας την αίσθηση της ακοής και την κίνηση. Στόχος ήταν να ενισχυθεί η επαφή με το παρόν τους και τις αισθήσεις και μετά πραγματοποιήθηκε συζήτηση που έδειξε πως τα παιδιά κατόρθωσαν να εστιάσουν τη προσοχή τους σε αυτό.

Στη συνέχεια κάθε παιδί δημιούργησε ένα προσωπικό βιβλίο ενδυνάμωσης, το οποίο εμπεριείχε 'δύσκολα' συναισθήματα, αληθιά και άτομα και δραστηριότητες (η δύναμή

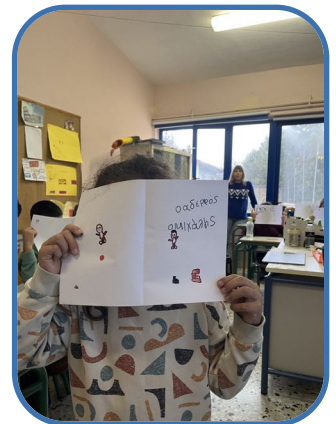
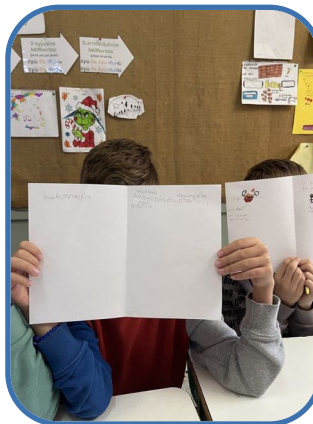
τους) που δημιουργούν ευχάριστα συναισθήματα.

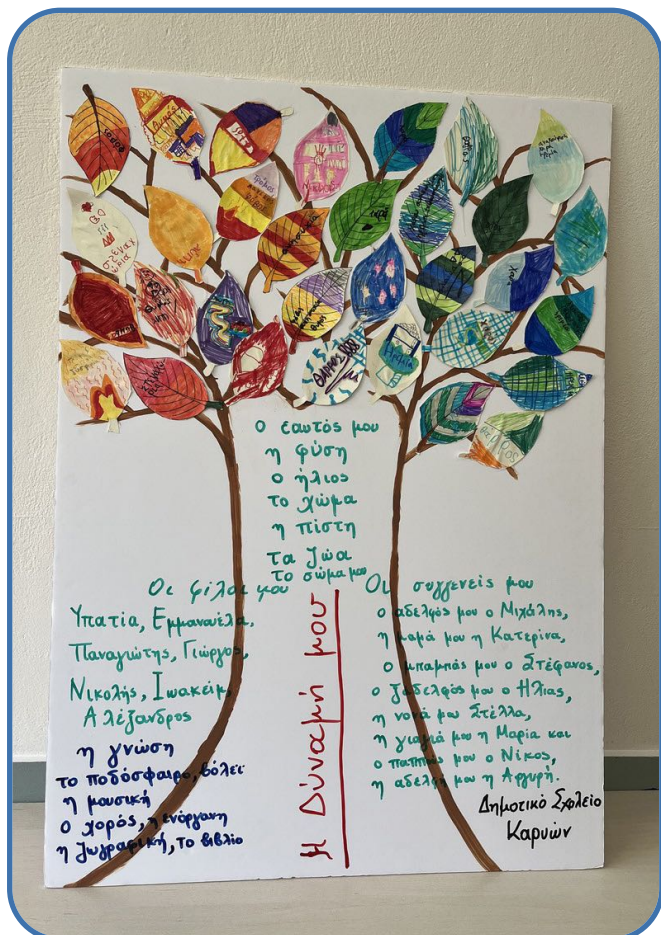
Τέλος, κάθε παιδί διατύπωσε μια ευχή για το μέλλον.

2^η συνάντηση

Στη 2η συνάντηση αποδείχθηκε πως τα παιδιά είχαν αφομοιώσει τα παραπάνω καθώς ήταν σε θέση να τα συμπεριλάβουν αβίαστα σε ένα εικαστικό έργο, το οποίο επέλεξαν και δημιούργησαν.

Τα παιδιά είχαν μεγάλη ανάγκη να αποδείξουν ότι γνωρίζουν, ότι θα ανταποκριθούν στο "μάθημα". Χρειάζονταν συχνά ανατροφοδότηση για το αν τα πάνε καλά, αν αποδίδουν. Εστίαζαν αρκετά στο πρέπει.





Η δύναμη μου

Φάνηκε ότι τα παιδιά είχαν μεγάλη ανάγκη να εκφραστούν, να μιλήσουν για τα βιώματά τους και για το πως νιώθουν. Βλέποντας αυτό που συμβαίνει στην κοινωνία με την έξαρση την τεχνολογίας και τους γρήγορους ρυθμούς ζωής τα παιδιά μπαίνουν στη διαδικασία να καθηλώνονται στις σκέψεις τους.

Οπότε πιστεύουμε ότι είναι πολύ σημαντικό να ενταχθούν στη σχολική τους ζωή τεχνικές ενσυνειδητότητας που ενισχύουν την επαφή με το παρόν και τα παιδιά φεύγουν από αυτό που συμβαίνει στο μυαλό τους και εστιάζουν περισσότερο στο αισθήσεις τους.

1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ



14 & 21/1/2026



Βροντάδος



21 παιδιά της
Β' τάξης Δημοτικού

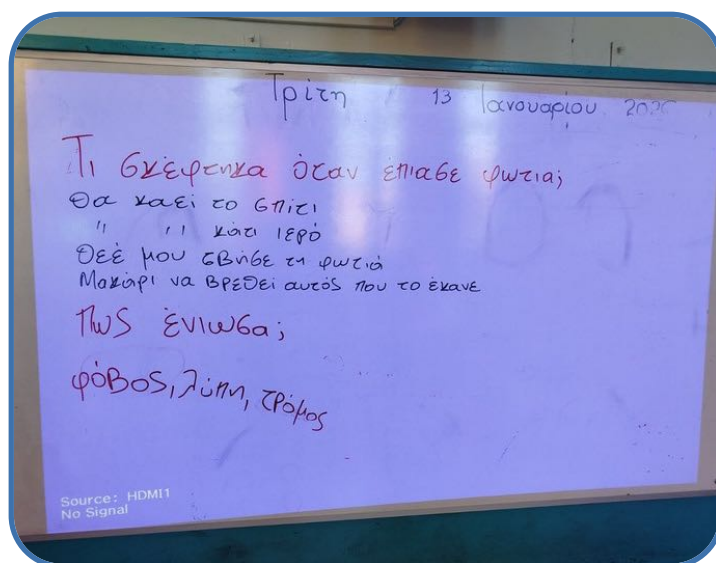


1^η συνάντηση

Ξεκίνησε με την προβολή ενός βίντεο με τίτλο "Το δέντρο που έδινε" το οποίο ήταν η αφορμή για την πυροδότηση συναισθημάτων και σκέψεων (ιδεοθύελλα) σε σχέση με το τι είναι η φύση, τι δίνει η φύση στον άνθρωπο, τι προσφέρει ο άνθρωπος στη φύση και τι κακό κάνει ο άνθρωπος στη φύση.

Έπειτα, έγινε διαδραστική συζήτηση με τα παιδιά σε σχέση με τη φωτιά που έπληξε τον τόπο τους. Μοιράστηκαν σκέψεις, συναισθήματα και αντιδράσεις που πυροδότησε το

παραπάνω γεγονός. Στη συνέχεια, επικεντρώθηκαν σε σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές που είχαν μετά τη φωτιά, κυρίως εστιάζοντας στο εδώ και τώρα. Παράλληλα, τα συναισθήματα που πυροδότησε η φωτιά καταγράφηκαν στον πίνακα με ζεστά χρώματα (κόκκινο, πορτοκαλί και κίτρινο) και με ψυχρά χρώματα που αντιπροσωπεύουν την αναγέννηση της φύσης, δηλαδή τα συναισθήματα του παρόντος. Έτσι, ήρθαν σε επαφή με τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους και συνειδητοποίησαν την εμπλοκή πολλών συναισθημάτων ακόμα και σε περίοδο κρίσης.



1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ

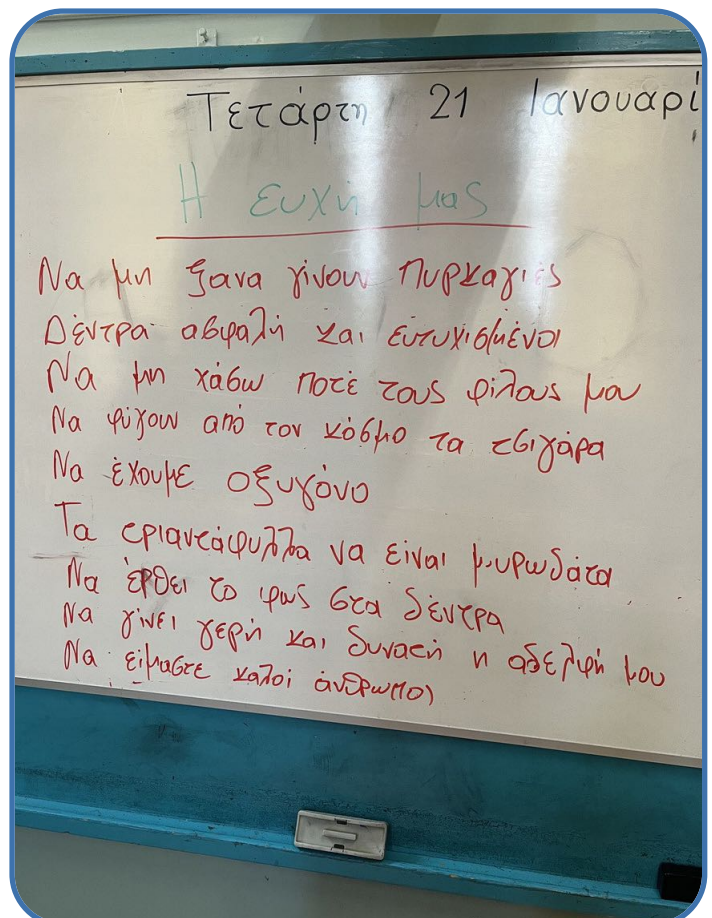


Στη συνέχεια, κάναμε ασκήσεις ενσυνειδητότητας. Μετά το κάθε παιδί αποτύπωσε τη φωνή του δέντρου σε ένα χαρτί και δημιουργήθηκε ένα συλλογικό βιβλίο, με τίτλο: Το δέντρο σκέφτεται, βοηθάει, ζει, ονειρεύεται, αγαπάει, τραγουδάει, φιλάει. Κάθε σελίδα του βιβλίου δείχνει την υποκειμενική εμπειρία του κάθε παιδιού. Συγκεκριμένα, κορμοί σε διάφορα μεγέθη και σχήματα, φύλλα που αντιπροσωπεύουν τα συναισθήματά τους σε διάφορα χρώματα και η φωνή του δέντρου κατά τη διάρκεια και μετά τη φωτιά.

2^η συνάντηση

Τα παιδιά μοιράζονταν τις ιδέες τους για το ποιος θα είναι ο τίτλος του βιβλίου τους, οι οποίες καταγράφονταν παράλληλα στον πίνακα. Στο τέλος, έγινε η σύνθεση των τίτλων συνοδικά κατά την οποία εντάχθηκαν στοιχεία από όλες τις ιδέες των παιδιών και καταλήξαμε σε ένα συλλογικό τίτλο που εξέφραζε όλες τις φωνές της ομάδας. Μετά τα παιδιά άσκησαν τεχνικές ενσυνειδητότητας, ως τρόπο διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων.

Τέλος, κάθε παιδί διατύπωσε μια ευχή για το μέλλον.



1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ



Το δέντρο σκέφτεται, βοηθάει,
ζει, ονειρεύεται, αγαπάει, τραγουδάει, φιλάει.

3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ



12 & 19/1/2026



Βροντάδος



14 παιδιά της
Β' τάξης Δημοτικού

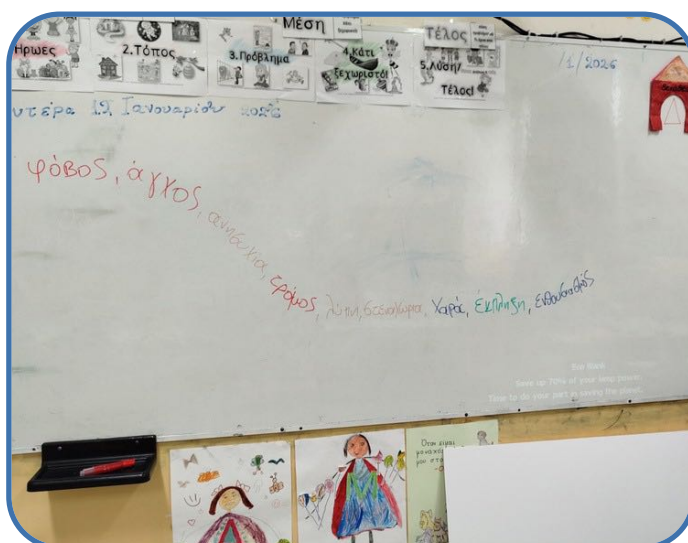


1^η συνάντηση

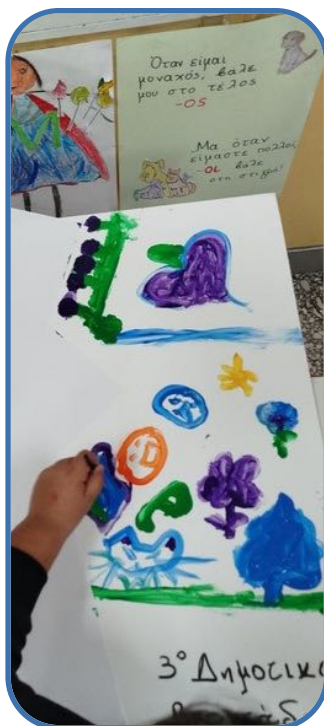
Αρχικά, ξεκινήσαμε με ασκήσεις ενσυνειδητότητας για χαλάρωση. Επικεντρωθήκαμε στην εισπνοή παραληληλίζοντας με ένα ρουλούδι και την εκπνοή φυσώντας ένα κερί. Μέσα από την επανάληψη τα παιδιά εξασκήθηκαν στην ενσυνείδητη αναπνοή.

Έπειτα, έγινε διαδραστική συζήτηση με τα παιδιά σε σχέση με τη φωτιά που έπληξε πολλές περιοχές της Χίου, αλλιά έντονα και τον τόπο τους. Φάνηκε ότι η έναρξη της συζήτησης έφερε ορμητικά άγχος σε πολλά

από τα παιδιά που μάλιστα το περιέγραψαν και ως σωματική εκδήλωση: "Νιώθω το στομάχι μου να σφίγγεται". Μοιράστηκαν σκέψεις, συναισθήματα και αντιδράσεις που πυροδότησε το παραπάνω γεγονός. Στη συνέχεια, επικεντρώθηκαν σε σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές που είχαν μετά τη φωτιά, κυρίως εστιάζοντας στο εδώ και τώρα. Παρατηρήθηκε ότι ακόμα και στο σήμερα υπάρχει φόβος και το βίωμα αποτυπώνεται σαν τραύμα. Φαίνεται ότι τους έχει επηρεάσει η σκέψη ότι αυτό μπορεί να προκληθεί από ανθρώπινο παράγοντα και ότι μπορεί να ξανά συμβεί.



3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ



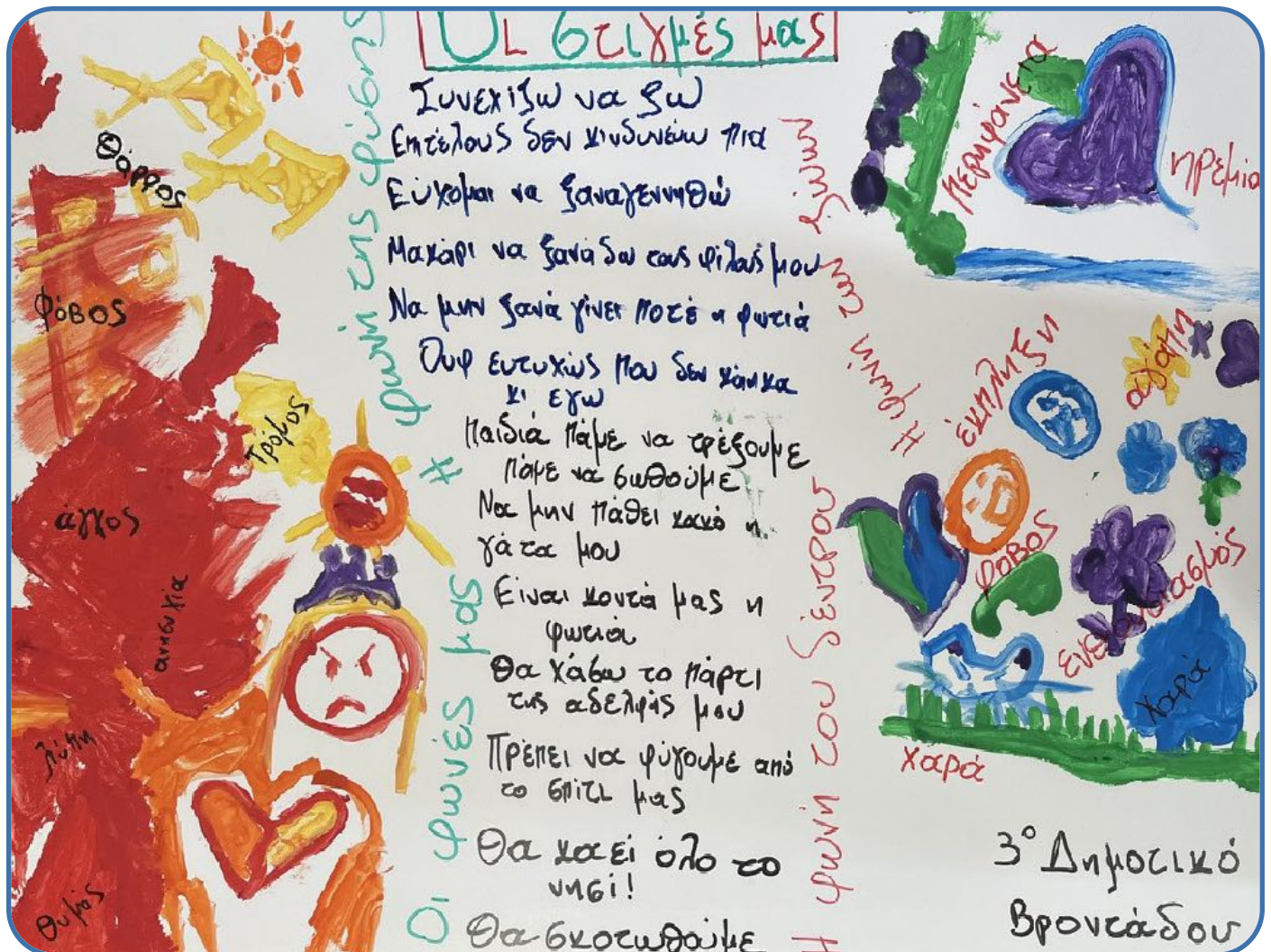
Στη συνέχεια καταγράφηκαν στον πίνακα τα συναισθήματα που πυροδότησε η φωτιά με ζεστά χρώματα (κόκκινο, πορτοκαλί και κίτρινο) και με ψυχρά χρώματα που αντιπροσωπεύουν την αναγέννηση της φύσης, δηλαδή τα συναισθήματα του παρόντος ορμώμενα από ευχάριστες σκέψεις και δραστηριότητες. Έτσι, ήρθαν σε επαφή με τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους και συνειδητοποίησαν την εμπλοκή πολλών συναισθημάτων ακόμα και σε περίοδο κρίσης. Μετέπειτα αποτυπώθηκαν αυτά με τα ανάλογα χρώματα πάνω σε έναν καμβά. Ένας-ένας σηκώνονταν και αποτύπωνε τα

συναισθήματα που ένιωθε κατά τη φωτιά (αριστερά) και μετά τη φωτιά (δεξιά), ελεύθερα με το δικό τους τρόπο.

2^η συνάντηση

Τα παιδιά άσκησαν τεχνικές ενσυνειδητότητας, ως τρόπο διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων, χρησιμοποιώντας την αίσθηση της ακοής και την κίνηση. Επαναφέραμε στην τάξη το έργο τέχνης το οποίο είχαν ξεκινήσει στην πρώτη συνάντηση πάνω αποτύπωσαν τις φωνές τους, τη φωνή της φύσης, τη φωνή του δέντρου και τη φωνή των ζώων. Οι φωνές αποτυπώθηκαν στον καμβά από κάτω προς τα πάνω με το κάτω μέρος να αποτυπώνει τις φωνές-σκέψεις κατά τη διάρκεια της φωτιάς και ανεβαίνοντας φτάνουμε στις φωνές-σκέψεις μετά τη φωτιά. Το έργο ονομάστηκε "Οι στιγμές μας".





Οι στιγμές μας

2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ



2 & 9/2/2026



Βροντάδος



15 παιδιά της
Β' τάξης Δημοτικού



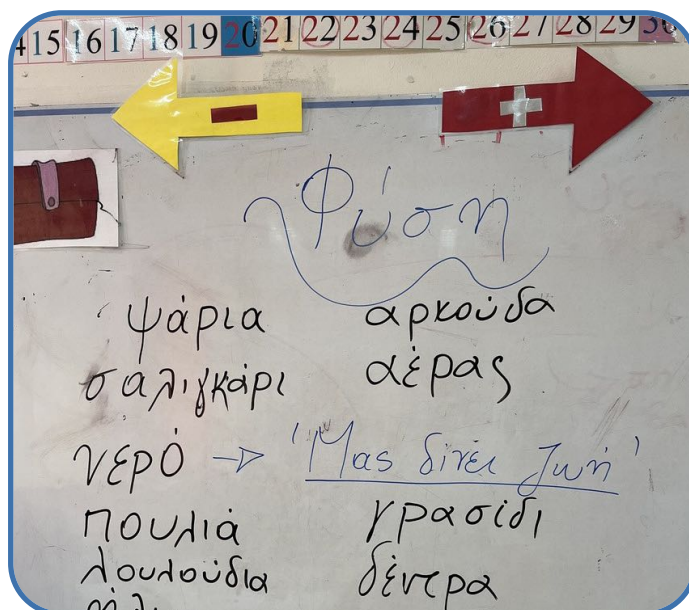
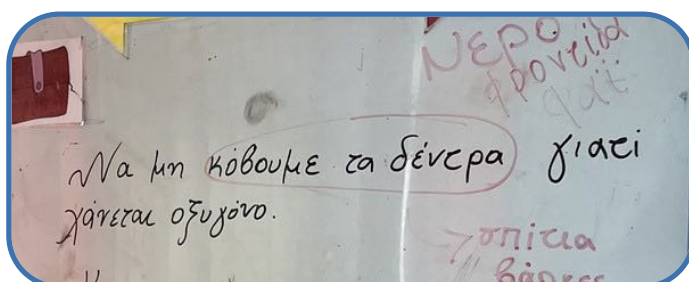
1^η συνάντηση

Ξεκίνησε με μια τεχνική ενσυνειδητότητας. Μέσα από την επανάληψη τα παιδιά εξασκήθηκαν στην ενσυνείδητη αναπνοή. Μετέπειτα, μοιράστηκαν σκέψεις και συναισθήματα.

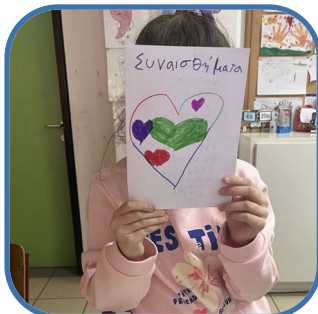
Έπειτα, έγινε διαδραστική συζήτηση με τα παιδιά σε σχέση με τη φωτιά που έπληξε πολλές περιοχές της Χίου. Αναλυτικότερα, μοιράστηκαν σκέψεις, συναισθήματα και αντιδράσεις που πυροδότησε το παραπάνω

γεγονός. Στη συνέχεια, επικεντρώθηκαν σε σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές που είχαν μετά τη φωτιά, κυρίως εστιάζοντας στο εδώ και τώρα.

Παράλληλα, τα συναισθήματα που πυροδότησε η φωτιά καταγράφηκαν στον πίνακα με ζεστά χρώματα (κόκκινο, πορτοκαλί και κίτρινο) και με ψυχρά χρώματα που αντιπροσωπεύουν την αναγέννηση της φύσης, δηλαδή τα συναισθήματα του παρόντος ορμώμενα από ευχάριστες σκέψεις και δραστηριότητες.



2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ



Τέλος, δημιούργησε το κάθε παιδί ένα προσωπικό βιβλίο ενδυνάμωσης, το οποίο εμπεριείχε 'δύσκολα' συναισθήματα, αληθιά και άτομα και δραστηριότητες (η δύναμή τους) που δημιουργούν ευχάριστα συναισθήματα. Το ονόμασαν τα συναισθήματα

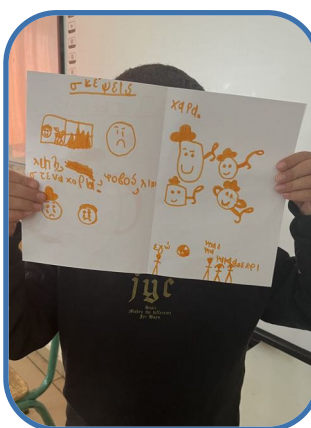
2^η συνάντηση

Η 2η συνάντηση ξεκίνησε την προβολή ενός βίντεο με τίτλο "Το δέντρο που έδινε" το οποίο ήταν η αφορμή για την πυροδότηση συναισθημάτων και σκέψεων (ιδεοθύελλα) σε σχέση με το τι

είναι η φύση, τι δίνει η φύση στον άνθρωπο, τι προσφέρει και τι κακό κάνει ο άνθρωπος στη φύση.

Στη συνέχεια ξεκίνησε η δημιουργία του έργου τους. Ο κάθε μαθητής/τρια χρησιμοποίησε χρώματα για αποτυπώσει πως θα φαινόταν το νερό κατά τη φωτιά και μετά τη φωτιά. Επιπλέον, πρόσθεσαν στοιχεία της φύσης και τους έδωσαν φωνή. Έτσι, δημιουργήθηκε ένα διάλογος μεταξύ των στοιχείων της φύσης κατά τη διάρκεια της φωτιάς και μετά το γεγονός.

Ο τίτλος που δόθηκε στο έργο από το σύνολο της τάξης ήταν 'Τα ζώα πάντα μιλούν'. Τέλος, ομόφωνα ευχήθηκαν 'Όχι πια φωτιά'.





Τα ζώα μιλούν πάντα

9ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΙΟΥ



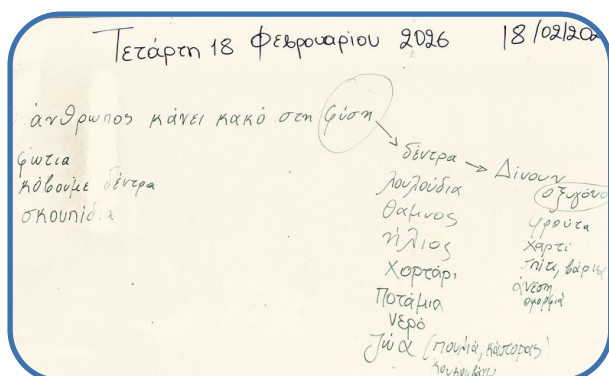
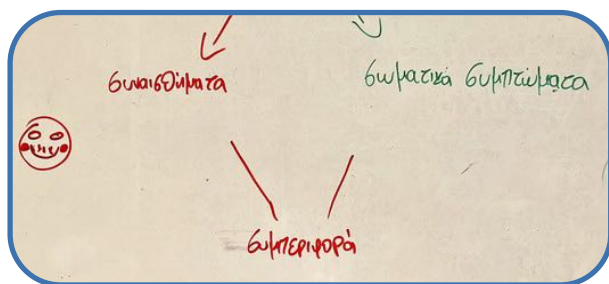
18 & 25/2/2026



Χίος



17 παιδιά της
Β' τάξης Δημοτικού

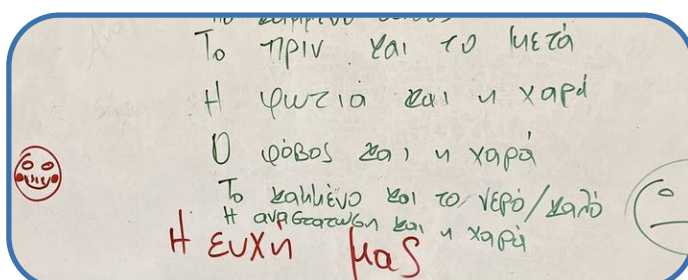


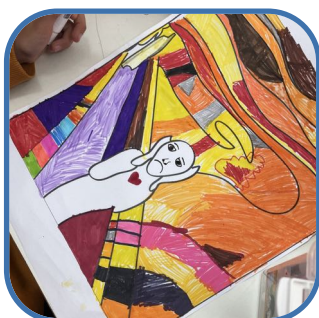
1^η συνάντηση

Ξεκίνησε με την προβολή ενός βίντεο με τίτλο "Το δέντρο που έδινε" μετά το οποίο έγινε διαδραστική συζήτηση σχετικά με το τι είναι η φύση, τι δίνει η φύση στον άνθρωπο, τι προσφέρει ο άνθρωπος στη φύση και τι κακό κάνει ο άνθρωπος στη φύση. Στη συνέχεια, κάναμε ασκήσεις ενσυνειδητότητας. Έπειτα, η διαδραστική συζήτηση επικεντρώθηκε στη φωτιά που έπληξε πολλές περιοχές της Χίου. Μοιράστηκαν σκέψεις, συναισθήματα και αντιδράσεις

που πυροδότησε το παραπάνω γεγονός. Παράλληλα, τα συναισθήματα που πυροδότησε η φωτιά καταγράφηκαν στον πίνακα. Έτσι, ήρθαν σε επαφή με τις σκέψεις τους και τα συναισθήματά τους και συνειδητοποίησαν την εμπλοκή πολλών συναισθημάτων σε περίοδο κρίσης.

Παρατηρήθηκε πως οι περισσότεροι μαθητές δυσκολεύτηκαν να εκφράσουν και να κάνουν διάκριση ανάμεσα σε σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορά και έμεναν στην περιγραφή του γεγονότος. Παράλληλα, φάνηκε να απαντούν παρορμητικά χωρίς να δίνουν βάση στην ερώτηση.





2^η συνάντηση

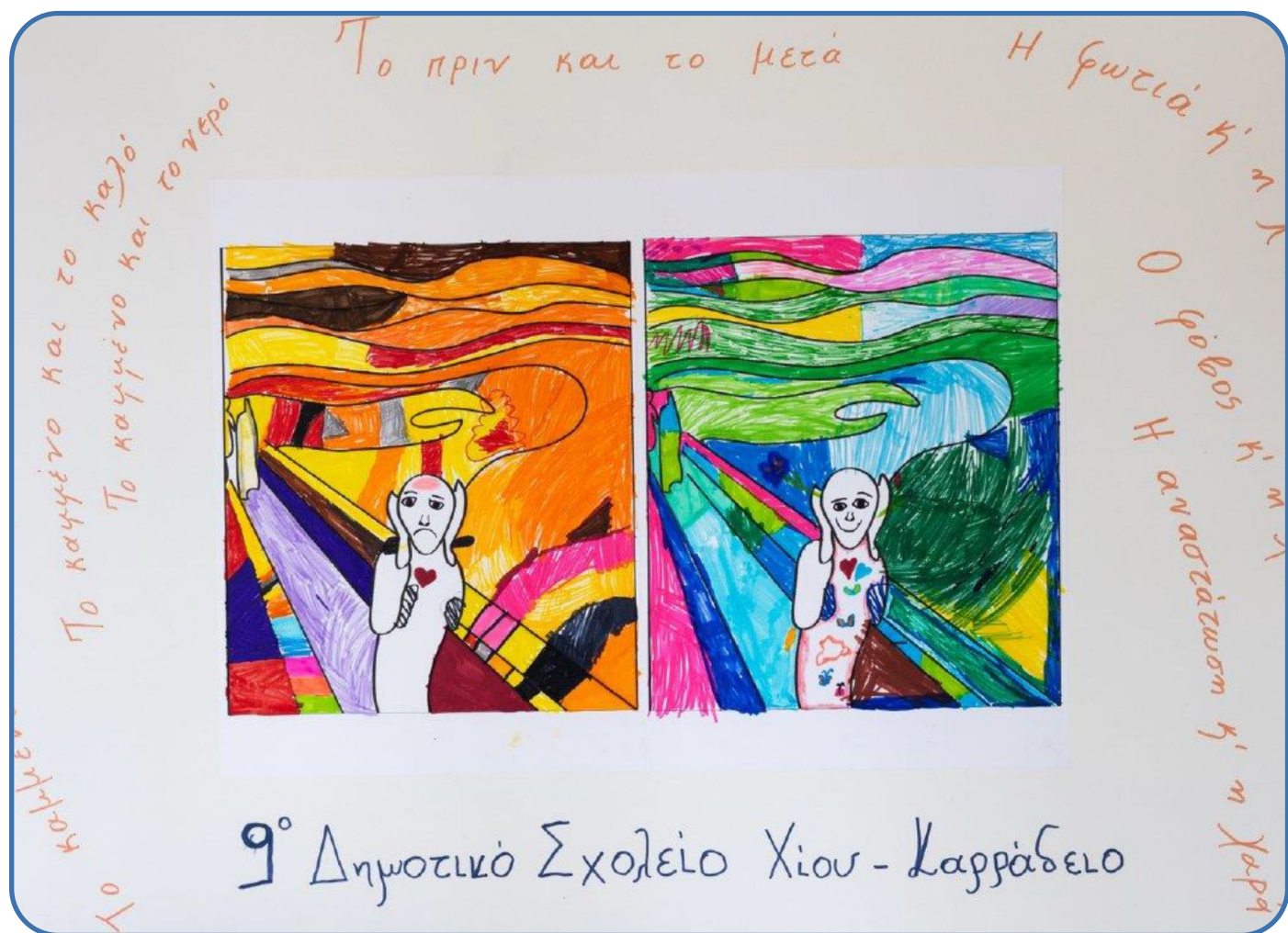
Η 2η συνάντηση ξεκίνησε με μία προφορική περίληψη όσων καλύφθηκαν στην προηγούμενη συνάντηση. Οι μαθητές ήταν σε θέση να αναπαράγουν κυρίως τα συναισθήματα που είχαν βιώσει κατά τη διάρκεια και μετά τη φωτιά. Το διάγραμμα του γνωστικού μοντέλου: γεγονός → σκέψεις → συναισθήματα → σωματικά συμπτώματα → συμπεριφορά φάνηκε να βοηθήσει τους μαθητές να διαχωρίσουν το γεγονός από τη σκέψη, τα



συναισθήματα και τα σωματικά συμπτώματα.

Μετάπειτα, επικεντρωθήκαμε στα συναισθήματα και τα σωματικά συμπτώματα κατά τη διάρκεια της φωτιάς και στα συναισθήματα και σωματικά συμπτώματα κατά τη διάρκεια μιας ευχάριστης δραστηριότητας, τα οποία αποτύπωσαν στο έργο τους. Συγκεκριμένα, σε ένα εκτυπωμένο διάγραμμα του έργου 'η κραυγή' του Εντβαρτ Μουνκ, τα συναισθήματα γέμισαν το φόντο και οι σωματικές ενδείξεις αποτυπώθηκαν στα διάφορα μέρη του σώματος της ανθρώπινης φιγούρας.





«Το πριν και το μετά»
«Η φωτιά και η χαρά»
«'Ο φόβος και η χαρά»
«η αναστάτωση και η χαρά»
«το καμμένο και το νερό»
«το καμμένο δάσος και το καλό»

ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΟΛΙΣΣΟΥ



18/2 & 4/3/2026



Βολισσός



7 παιδιά όhων των τάξεων του
Δημοτικού καθώς το σχολείο είναι
μονοθέσιο και 16 παιδιά
Γυμνασίου - Λυκείου



1^η συνάντηση

Έγινε βιωματική άσκηση, με θέμα «εκφράζω τα συναισθήματά μου και νιώθω ασφαλής» για να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, να νιώσουν ότι οι εμπειρίες τους ακούγονται και γίνονται κατανοητές, να μάθουν τρόπους να αντιμετωπίζουν δύσκολα συναισθήματα με δημιουργικό και ασφαλή τρόπο. Προβλήθηκε βίντεο «το δέντρο που δίνει» και έγινε συζήτηση με τα παιδιά. Καθίσαμε σε κύκλο, όπου μιλήσαμε, ζωγρα-

φίσαμε, κάναμε ασκήσεις αναπνοής. Στις ζωγραφιές τους αποτύπωσαν στη μια πλευρά πώς ένιωσαν όταν είδαν ή άκουσαν για τη φωτιά και στην άλλη, ένα μέρος ή στιγμή που τους έκανε να νιώσουν ασφαλείς μετά τη φωτιά. Συζητήσαμε και ονοματίσαμε τα συναισθήματα, εστιάσαμε στη στήριξη και την ανθεκτικότητα. Παρουσιάσαμε ένα ρούτρινο ζωάκι «το ζωάκι που φοβήθηκε» και τα παιδιά πρότειναν λόγια, πράξεις και κινήσεις που θα βοηθούσαν το ζωάκι. Τέλος, κάναμε άσκηση γείωσης «το δέντρο που ηρεμεί», με στόχο την χαλάρωση του σώματος και τη συναισθηματική σταθεροποίηση.



2^η συνάντηση

Στη δεύτερη συνάντηση στην οποία υλοποιήθηκε το καλλιτεχνικό έργο, τα παιδιά πρότειναν και δημιουργήσαμε ένα δέντρο, το μισό καμένο, στο οποίο βάλαμε φύλλα διαφόρων χρωμάτων όπου έγραψαν συναισθήματα, πράγματα ή δραστηριότητες που τους κάνουν να νιώθουν ασφαλείς ή δυνατοί, τώρα. Είχαν ήδη περισυλλέξει κλαδιά που μας βοήθησαν στο στήσιμο του δέντρου.





Το δέντρο της ελπίδας



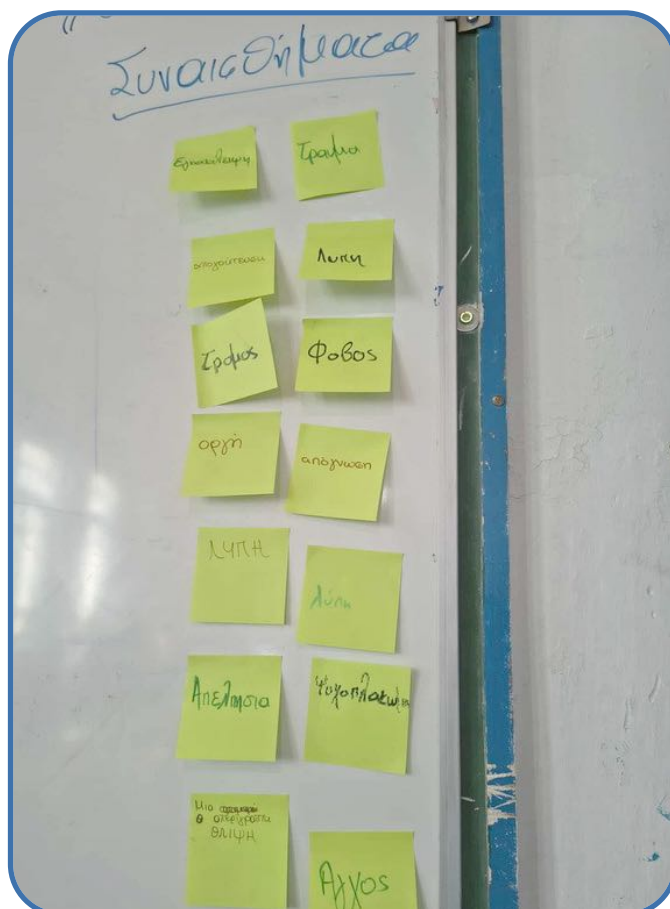
1^η συνάντηση

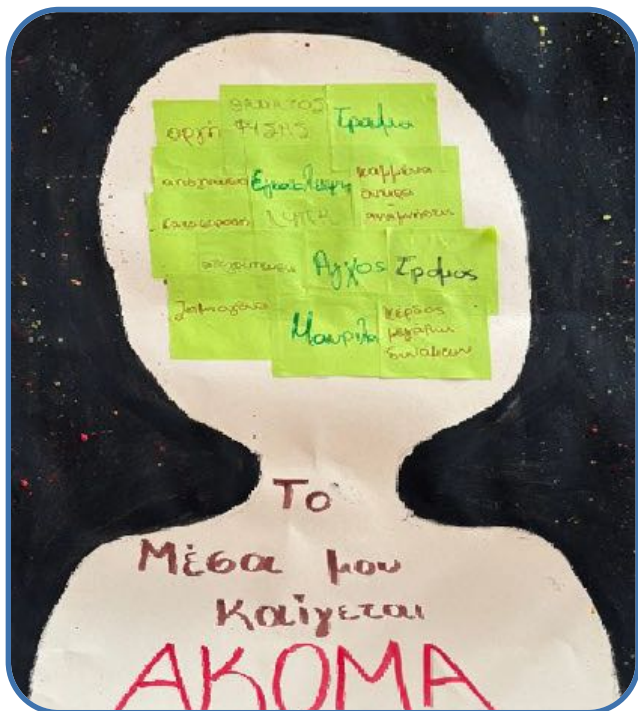
Ξεκινήσαμε με ένα παιχνίδι γνωριμίας και ένα βίντεο που αφορούσε τη γη, τις φυσικές καταστροφές και εικόνες από τη Βοηθισσό για να ξεκινήσουμε να μιλάμε για τις φωτιές που έζησαν. Έκαναν τη σύνδεση και μίλησαν για τα δικά τους βιώματα και εικόνες που τους έχουν μείνει από τη φωτιά.

Χωρίστηκαν σε ομάδες και έγραψαν σε χαρτάκια σκέψεις, συναισθήματα και οτιδήποτε τους έρχεται στο μυαλό και αφορούσε είτε το τώρα είτε το τότε σε σχέση με το καλοκαίρι που πέρασε.

Αφού τα μοιράστηκαν με όλη την ομάδα, τα κόλλησαν στον πίνακα και προσπάθησαν να μας πουν την ιστορία και τα κοινά στοιχεία που μπορεί να μοιράζονται αυτές οι λέξεις. Έπειτα, τις ομαδοποιήσαμε και έβαλαν έναν τίτλο σε καθεμία από αυτές, μιλώντας για το τι μπορεί να προκάλεσε τη φωτιά, τι έγινε κατά τη διάρκεια και τι έμεινε μετά, τις απώλειες, το παράπονο και τη στήριξη από τον κόσμο.

Ο διάλογος συνεχίστηκε μέχρι το τέλος της ώρας, με τα παιδιά να καταλήγουν ότι θέλουν να σχεδιάσουν όσα έζησαν και ζουν ακόμα.





2^η συνάντηση

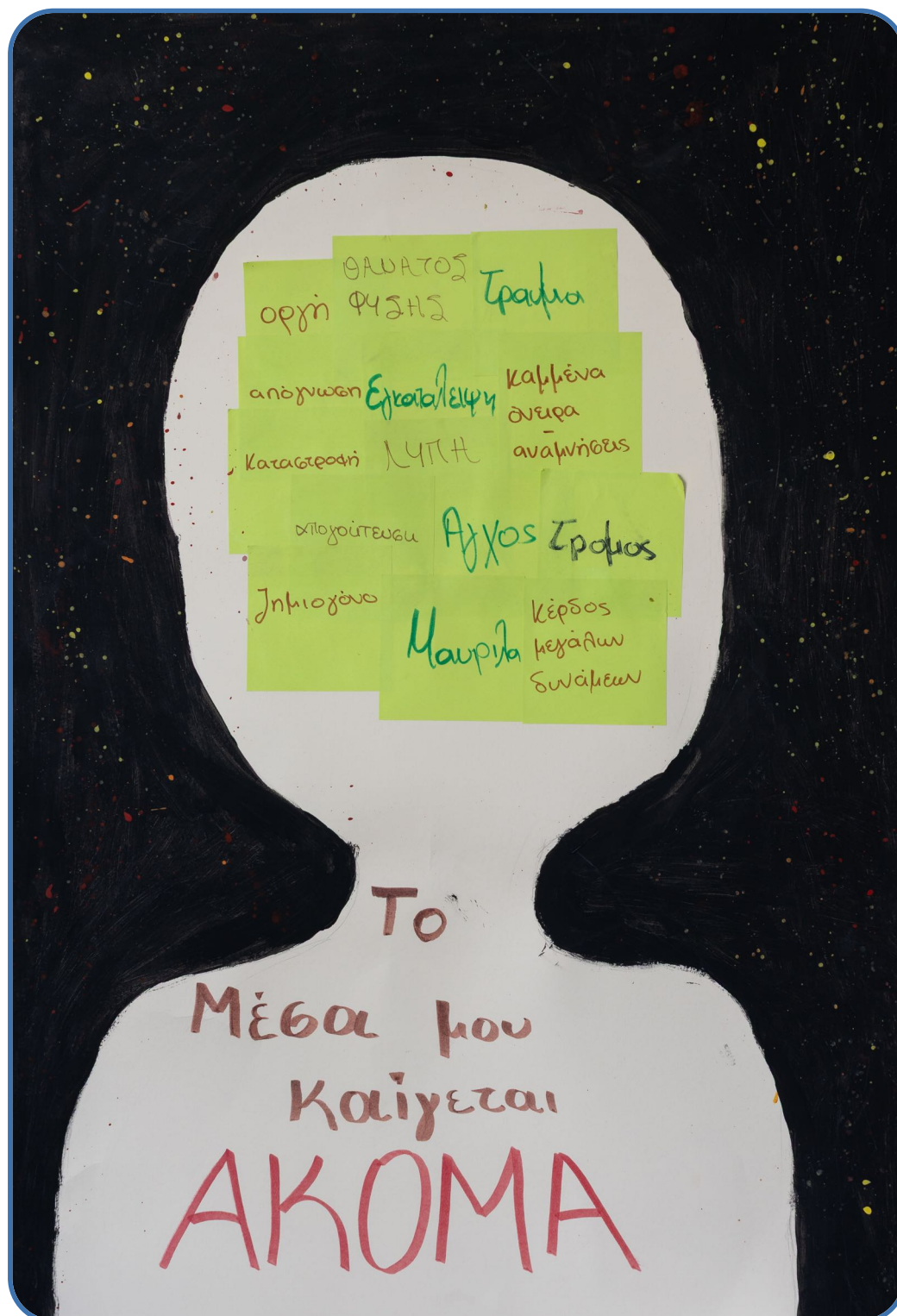
Αναπλαισιώσαμε όσα συζητήσαμε την προηγούμενη φορά και ξεκινήσαμε να μιλάμε για το τι ακριβώς θα αποτυπώσουμε στον καμβά. Κατέληξαν από κοινού στον σχεδιασμό του κάστρου της Βολισσού τις στιγμές της φωτιάς και σε ένα δεύτερο έργο που θα έδειχνε μία ανθρώπινη μορφή με τις λέξεις που είχαν γράψει την πρώτη συνάντηση και κοινό τίτλο των έργων "Το μέσα μου καί-

γεται ακόμα".

Παράλληλα με τη ζωγραφική, βάλαμε και μουσική που επέλεξαν για να μπορέσουν να χαλαρώσουν. Αφού ολοκλήρωσαν τα έργα, τα αφήσαμε εκεί να στεγνώσουν και βγάλαμε αναμνηστικές φωτογραφίες.

Τα σχόλια των παιδιών ήταν θετικά, εξέφρασαν συγκίνηση και φάνηκε να διακινήθηκαν από την πρωτοβουλία αυτή.







Το μέσα μου καίγεται ακόμα

3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΙΟΥ



02 & 09/3/2026



Χίος



12 παιδιά
της Β' τάξης Δημοτικού

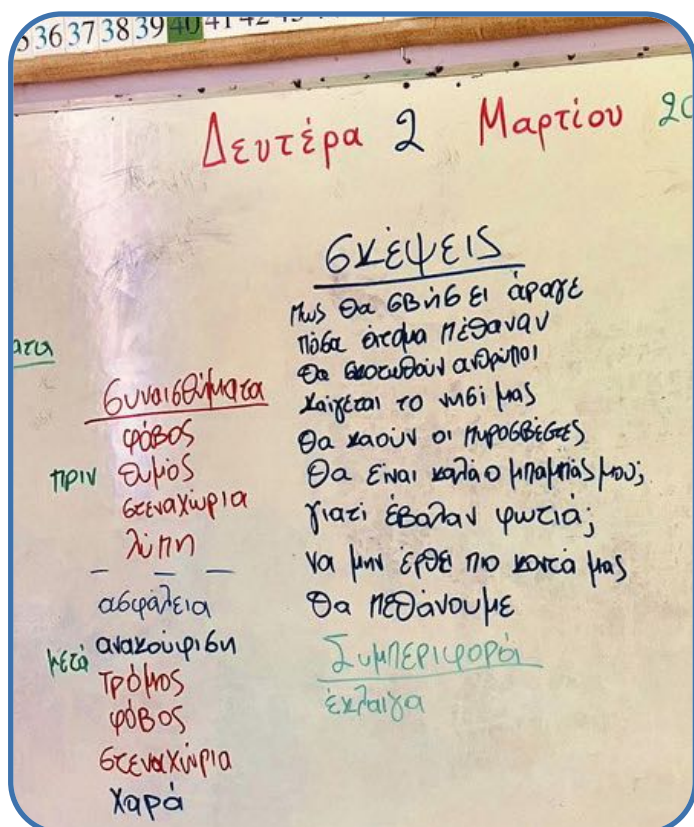
1^η συνάντηση

Οι μαθητές καθοδηγήθηκαν ώστε να επικεντρωθούν στην εισπνοή και εκπνοή, μεταβάλλοντας την προσοχή τους σε σημεία του σώματος καθώς έμπαινε και έβγαине ο αέρας. Μέσα από την επανάληψη τα παιδιά εξασκήθηκαν στην ενσυνείδητη αναπνοή. Στη συνέχεια οι μαθητές καλέστηκαν να εκφράσουν τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές που ακολούθησαν το ξαφνικό γεγονός της φωτιάς. Ανήσυχες

σκέψεις, όπως 'θα σκοτωθούν άνθρωποι' και 'να μην έρθει η φωτιά κοντά μας' έφεραν στην επιφάνεια τα συναισθήματα του φόβου και της στεναχώριας, αλλήλ και σωματικές αισθήσεις, όπως πόνος στην κοιλιιά. Συναισθήματα χαράς, ανακούφισης και ελπίδας αναδύθηκαν όταν έσβησε η φωτιά, αλλήλ ο φόβος και η στεναχώρια συνέχισαν να υπάρχουν για κάποια παιδιά σε μικρότερη όμως ένταση. Στη συνέχεια, τα παιδιά μέτρησαν τη χαρά τους σε σχέση

με δραστηριότητες που συνήθως τους ευχαριστούν. Στόχος ήταν η ενίσχυση της συναισθηματικής τους ανάπτυξης, συνειδητοποιώντας ότι η ένταση των συναισθημάτων δεν είναι πάντα η ίδια, αλλήλ και πως οι δραστηριότητες που επιδέχουν επηρεάζουν το συναίσθημα (συμπεριφορική ενεργοποίηση).

Τέλος, μέσα από ασκήσεις ενσυνειδητότητας, τα παιδιά εστίασαν στις σωματικές τους αισθήσεις και στη διαφοροποίηση της έντασης της κίνησης ανάλογα με τη μουσική, ενισχύοντας την επαφή με το παρόν.

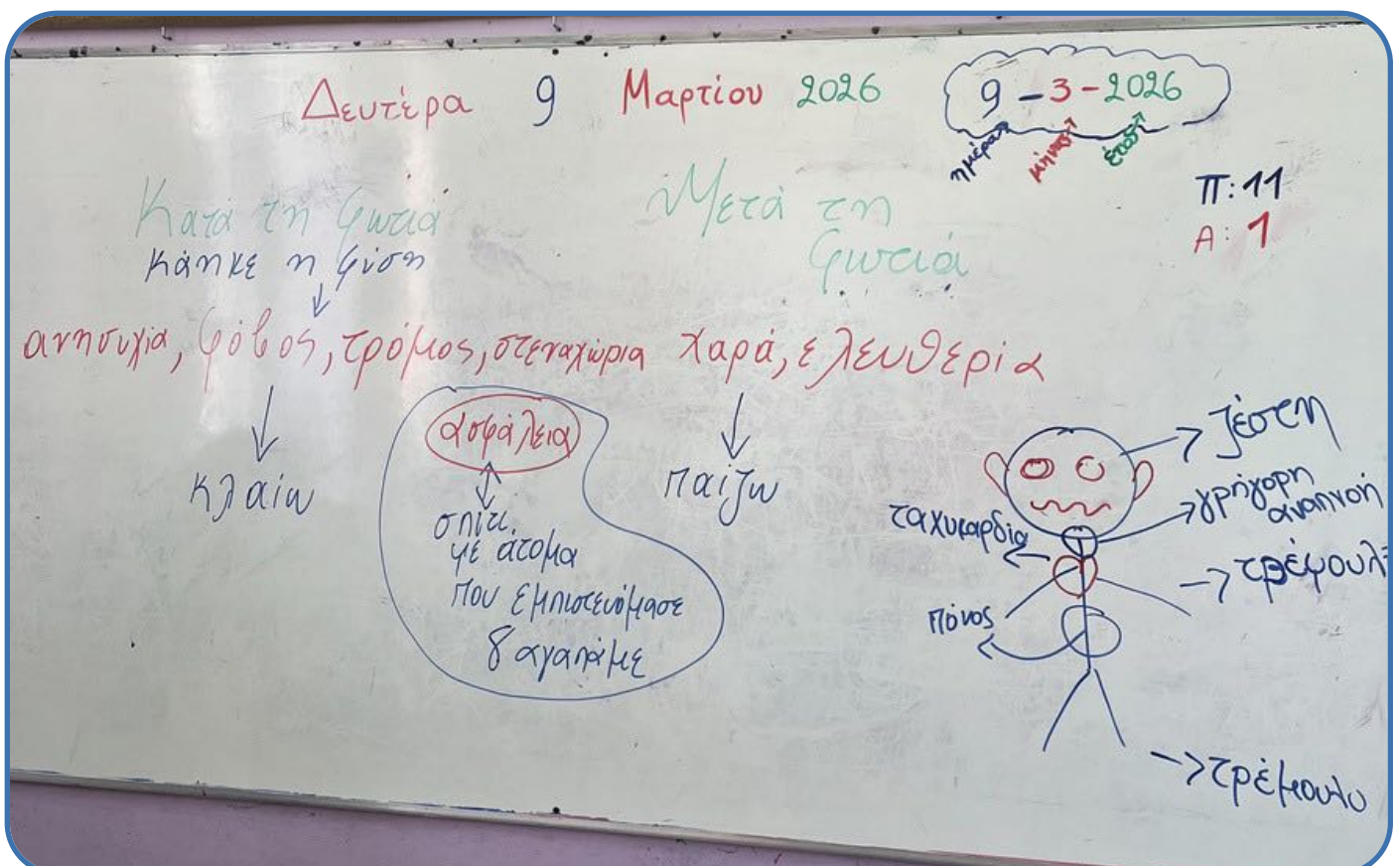


2^η συνάντηση

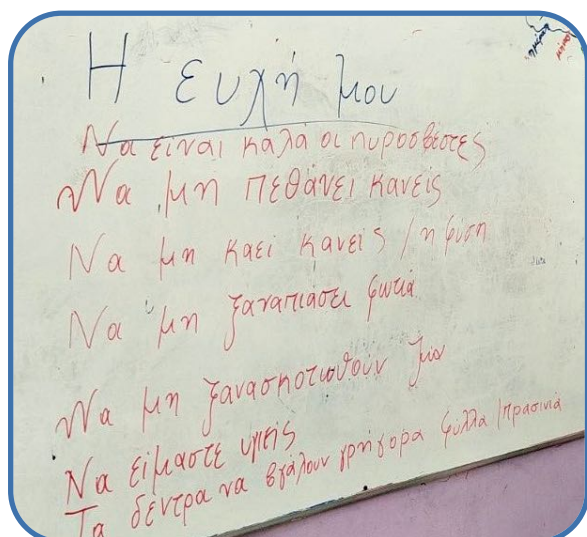
Η 2η συνάντηση ξεκίνησε με μία προφορική περίληψη όσων καλύφθηκαν στην προηγούμενη συνάντηση. Οι μαθητές ήταν σε θέση να αναπαράγουν κυρίως τα συναισθήματα που είχαν βιώσει κατά τη διάρκεια και μετά τη φωτιά. Το διάγραμμα του γνωστικού μοντέλου: γεγονός → σκέψεις → συναισθήματα → σωματικά συμπτώματα → συμπεριφορά φάνηκε να βοηθήσε τους μαθητές να διαχωρίσουν το γεγονός από τη σκέψη, τα συναισθήματα και τα σωματικά συμπτώματα.

Ακολούθησε συζήτηση γύρω από τα συναισθήματα, όπως άγχος, φόβος, ασφάλεια, χαρά, όπου τα παιδιά προχώρησαν σε οπτική αναπαράσταση των εκδηλώσεων στο σώμα τους όταν βιώνουν τα παραπάνω. Ως αποτέλεσμα, ενισχύθηκε η κατανόηση ότι οι σωματικές αισθήσεις είναι φυσιολογικές και δεν χρειάζεται να ερμηνεύονται αρνητικά.

Στη συνέχεια, αφού χωρίστηκαν σε ομάδες, έφτιαξαν 'τη διαδρομή του πυροσβέστη', η οποία εμπεριείχε 4 σταθμούς, τα σημεία δηλαδή από όπου πέρασε ο πυρο-

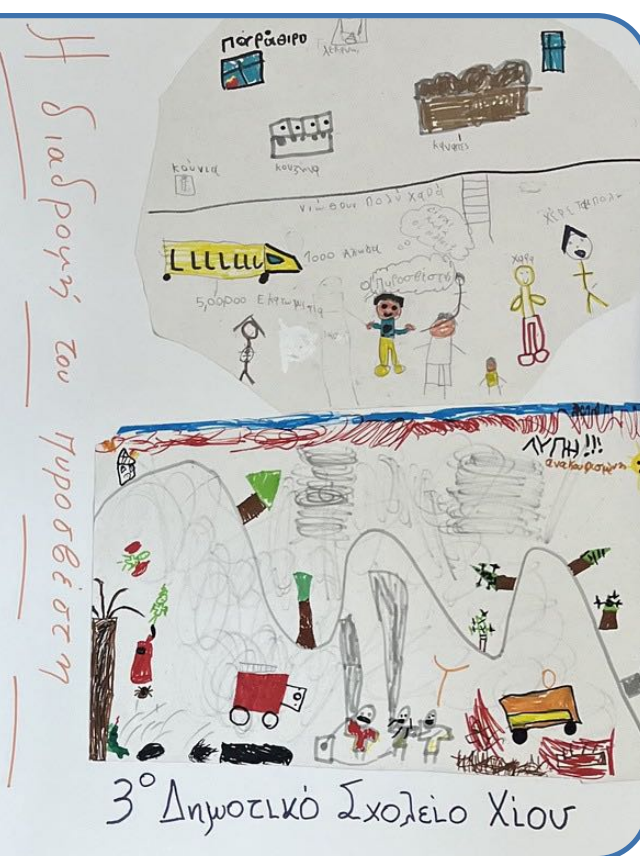


3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΙΟΥ



σβέστης: 1. πυροσβεστικός σταθμός, 2. μέρος που έχει πιάσει φωτιά, 3. όταν έσβησε η φωτιά στο μέρος αυτό και 4. επιστροφή στο σπίτι/οικογένεια. Η κάθε ομάδα αποτύπωσε με το δικό της τρόπο τον σταθμό που είχε αναλάβει, αναδεικνύοντας την κατάσταση στην οποία βρέθηκε ο πυροσβέστης, τι σκέφτηκε, ένιωθε, τι σωματικές αισθήσεις είχε, αλλά και τη συμπεριφορά του.

Έτσι, οι μαθητές συνεργάστηκαν μεταξύ τους, ανταλλάσσοντας ιδέες και συμπληρώνοντας ο ένας τον άλλον αποτύπωσαν την δική τους οπτική της κατάστασης. Μέσα από τις δημιουργίες τους φανερώθηκε μια διαδρομή καταστάσεων-σκέψεων-σωματικών αισθήσεων και συμπεριφορών.



Η διαδρομή του πυροσβέστη

ΒΟΥΡΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΙΒΑΔΙΩΝ



4 & 11/3/2026



Λιβάδια



13 παιδιά
της Β' τάξης Δημοτικού

ΒΟΥΡΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΛΙΒΑΔΙΩΝ

Τετάρτη 4 Μαρτίου 2026

ΓΡΕΨΕΙΣ

να ΓΕΝΕΘΟΥΜΕ ΤΗ ΦΑΥΣΙΑ
ΕΝΑ ΜΕΘΕΝΑΜΕ ΟΛΟΙ

ΣΥΝΑΙΣΗΜΑΤΑ

ΕΞΕΝΑΧΩΡΙΑ
ΕΥΧΟΣ
ΕΛΙΝΦ
ΤΡΟΠΟΣ
ΡΟΒΟΣ

ΣΥΝΑΙΣΗΜΑΤΑ

ΧΕΛΩΝΙ
ΤΡΕΧΟΥ ΜΕΘΙΝ - ΧΕΛΩΝ
ΣΥΝΑΙΣΗΜΑΤΑ

ΕΝΑ ΟΥΤΑ ΜΕΘΙ ΜΕΘΙΝ

ΤΡΕΧΩ
ΡΟΒΑΝΩ ΒΟΗΘΕΙΑ
ΛΟΓΩΝ ΤΑΥΤΩΝ ΕΛΕΧΩ

1^η συνάντηση

Οι μαθητές επικεντρώθηκαν στην αναπνοή τους, παρατηρώντας την είσοδο και έξοδο του αέρα και τις εναλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα. Ως αποτέλεσμα, ενισχύθηκε η χαλάρωση και η ρύθμιση της προσοχής στο παρόν. Ακολούθησε διαδραστική συζήτηση, με τα παιδιά να μοιράζονται σκέψεις, συναισθήματα, σωματικές αισθήσεις και συμπεριφορές κατά τη φωτιά, αλλά και μετά την κατάσβεσή της, καταλήγοντας στο παρόν.

Τα παιδιά συνειδητοποιήσαν πως οι σκέψεις πυροδοτούν συναισθήματα και σωματικές αισθήσεις και επηρεάζουν τη συμπεριφορά. Επίσης, αναγνωρίζοντας τι και ποιοι τους δίνει δύναμη τα παιδιά συνειδητοποιήσαν ότι δεν είναι παθητικοί αποδέκτες, αλλά μπορούν να επιλέξουν να κάνουν αυτά που τους δίνουν χαρά, αλλά και πως είναι σε θέση να μεταβάλλουν τη διάθεσή τους.

Για περαιτέρω ενίσχυση της διαδικασίας, ακολούθησε άσκηση με μουσική, όπου οι μαθητές κλήθηκαν να συνδέσουν τον ρυθμό με την κίνηση και τις σωματικές τους αισθήσεις.

Τετάρτη 11 Μαρτίου 2026

Φωτιά

ακαταρχή

φύση
(δέντρα, χορτά, λουλούδια)
αβροτήματα, ομορφιά, φέρους
εργασίες, δουλειά, φαντασία
αγαπώ, φιλώ, αγκαλιάζω

‘Δε θα είναι ο γυναικός σου
καζί μου’ - ‘Μπορεί να παθει καζί’

↓

Ολιψη, φόβος, τρόμος

αγωνία, άγχος

↓

Κοκκινοί
τρίκοντες

ΔΥΝΑΜΗ

χαρά

ενδουσία

Όταν μας επιφυλάττει
υποστήριξη
Όταν έχω κάποιον
δίπλα μου
Όταν γέλω / γίγλω

↓

Κιτρινοί, ψήνες
δεν τρέφω



2^η συνάντηση

Η 2η συνάντηση ξεκίνησε με μία περίληψη όσων καλύφθηκαν στην προηγούμενη συνάντηση. Οι μαθητές ήταν σε θέση να αναπαράγουν την ενσυνείδητη αναπνοή, αλλήλα και όσα είχαν επικεντρωθεί την προηγούμενη εβδομάδα.

Το διάγραμμα του γνωστικού μοντέλου: γεγονός → σκέψεις → συναισθήματα → σωματικά συμπτώματα → συμπεριφορά φάνηκε να βοηθήσει τους μαθητές να διαχωρίσουν το γεγονός από τη σκέψη, τα συναισθήματα και τα σωματικά συμπτώματα. Ειδικότερα, στη 2η συνάν-

τηση έδειξαν την ικανότητα να τα ξεχωρίζουν και να τα αναφέρουν. Επιπρόσθετα, ήταν σε θέση να αναφέρουν τα σωματικά συμπτώματα που εκδηλώνονται όταν κάποιος αισθάνεται άγχος ή/και φόβο, λύπη και χαρά.

Στη συνέχεια, αφού χωρίστηκαν σε 2 ομάδες αποτύπωσαν συνεργατικά την 'φωτιά που με καίει' και τη 'φωτιά που μου δίνει δύναμη'. Η πρώτη ομάδα έδειξε πως η φωτιά που έπληξε τη Χίο άφησε στάχτες, από τις οποίες όμως, η 2η ομάδα έδειξε πως αναδύεται η εσωτερική φωτιά που είναι όλα αυτά που δίνουν δύναμη.



Τέλος, τα παιδιά εξέφρασαν τις ευχές τους.

Τετάρτη 11 Μαρτίου 2026

Η ευχή μας για το μέλλον

Να μη ξανά πάρει φωτιά

Να έχουμε όλοι υγεία

Να γίνουν όλοι πράσινα ξανά

Να μην πιάσουν τίποτα τα ζώα

Να μη λασούν ξανά τα λουλούδια και τα
δέντρα

Όποιο ζώο χτύπησε να γίνει καλά

Η φωτιά που με καίει



Η φωτιά που μου δίνει δύναμη



Δημοτικό Σχολείο Λιβαδιών-Χίου

Η φωτιά που με καίει η φωτιά που μου δίνει δύναμη

ΣΧΟΛΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΑΜΠΟΧΩΡΩΝ



16 & 23/3/2026

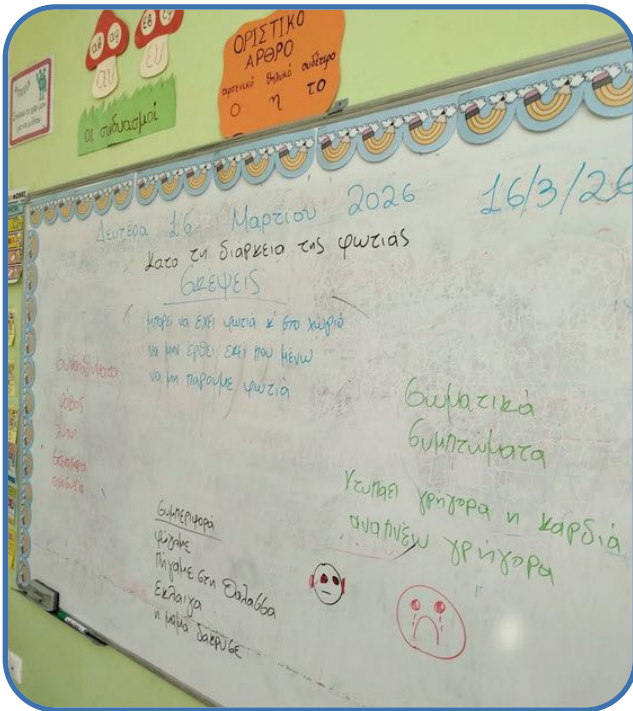


Χαϊκειός



12 παιδιά
της Β' τάξης Δημοτικού

ΣΧΟΛΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΑΜΠΟΧΩΡΩΝ



1^η συνάντηση

Οι μαθητές εξασκήθηκαν στην ενσυνείδητη αναπνοή. Μέσα από καθοδήγηση μπόρεσαν να εστιάσουν τη προσοχή τους σε σημεία του σώματος και να παρατηρήσουν τι συμβαίνει στην κοιλιακή χώρα και στον πνεύμονα, καθώς εισπνέουν και εκπνέουν.

Ακολούθησε διαδραστική συζήτηση σε σχέση με τις σκέψεις, συναισθήματα, σωματικά συμπτώματα και συμπεριφορές που πυροδότησε το ξαφνικό γεγονός της φωτιάς και αντίστοιχα μετά την κατάσβεση της φωτιάς.

Τέλος, επικεντρώθηκαν στις σωματικές τους αισθήσεις στο 'εδώ και τώρα', καταφέροντας να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τις αλλαγές που έφερε η διαφοροποίηση της μουσικής και αντίστοιχα η κίνηση στα χέρια τους.



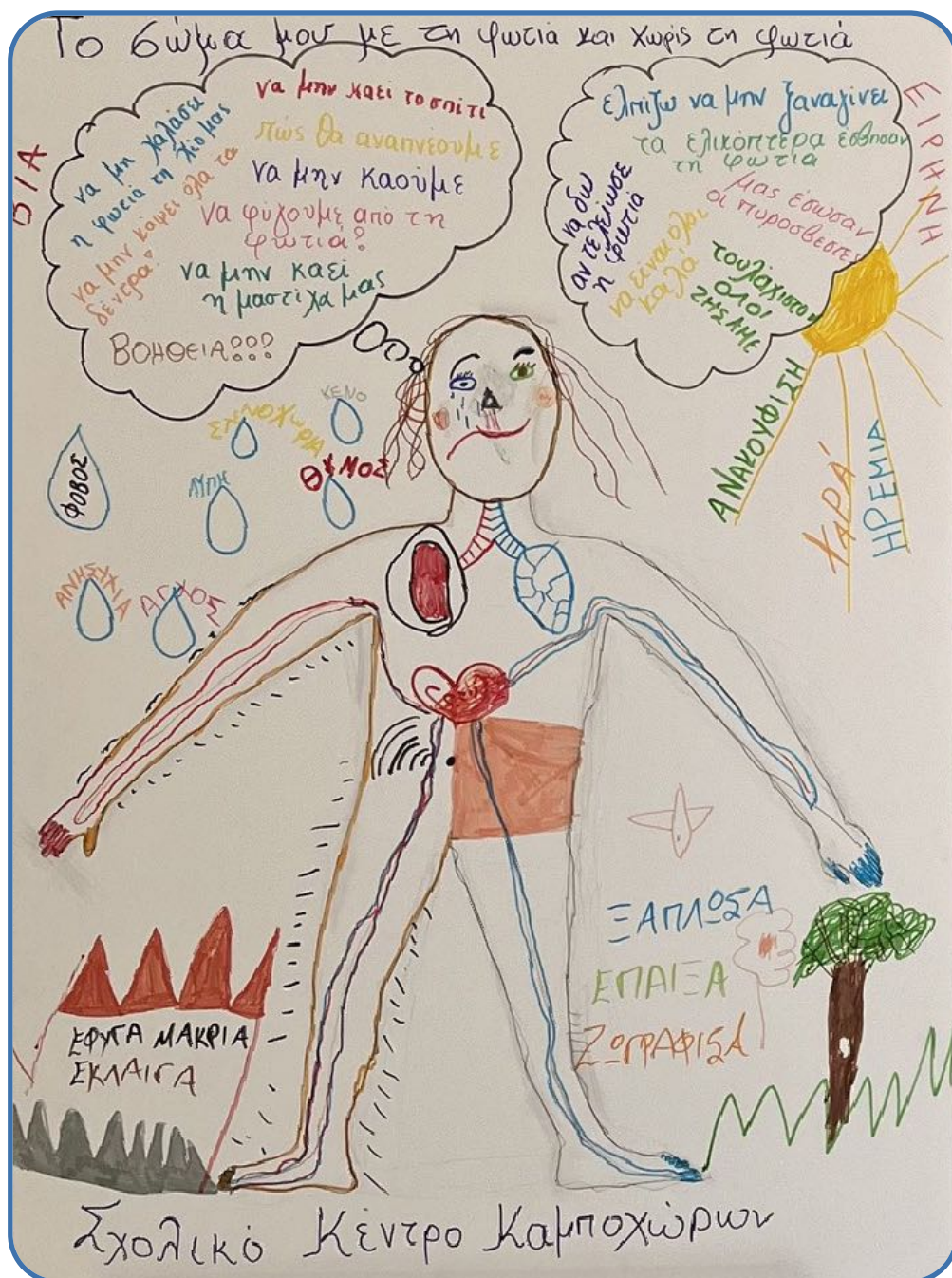
2^η συνάντηση

Τα παιδιά ήταν σε θέση να παραθέσουν ό,τι διαδραματίστηκε στην 1η συνάντηση: την ενσυνείδητη αναπνοή και τη διασύνδεση γεγονότων, συναισθημάτων, σωματικών συμπτωμάτων και συμπεριφοράς. Προσχώρησαν σε αποτύπωση των παραπάνω δημιουργώντας ένα εικαστικό έργο που έδειχνε πως το γεγονός της φωτιάς έφερε ανήσυχες σκέψεις και πυροδότησε συναισθήματα, αλλιά και πως τα συναι-

σθήματα εκδηλώθηκαν στο σώμα, ενώ στο τέλος κατέγραψαν τις συμπεριφορές που ακολούθησαν. Το ίδιο αναπαρήγαγαν και μετά τη κατάσβεση της φωτιάς προχωρώντας σταδιακά στο «εδώ και τώρα». Σκέψεις ανακούφισης έφεραν ηρεμία που εκδηλώθηκε στο σώμα και στη συμπεριφορά.

Συμπερασματικά, μέσα από την επεξεργασία της εμπειρίας, τον διαμοιρασμό και τη σύγκριση των προσωπικών τους βιωμάτων, τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να αναγνωρίσουν καλύτερα τη σύνδεση ανάμεσα στα γεγονότα, τις σκέψεις, τα συναισθήματα, τις σωματικές αντιδράσεις και τη συμπεριφορά τους. Η διαδικασία αυτή ενίσχυσε την ενσυνειδητότητα και την ικανότητά τους να εκφράζουν όσα βίωσαν, ενώ παράλληλα καλλιέργησε το αίσθημα ασφάλειας και κοινής εμπειρίας μέσα στην ομάδα. Μέσα από τη μεταβίβαση από την κατάσταση έντασης και φόβου στην ανακούφιση και την ηρεμία, τα παιδιά κατανόησαν ότι τα συναισθήματα μεταβάλλονται και ότι μπορούν σταδιακά να επανέρχονται στο «εδώ και τώρα» με μεγαλύτερη αίσθηση ελέγχου και ψυχικής ανθεκτικότητας.





Το σώμα μου με τη φωτιά και χωρίς τη φωτιά

Στα πλαίσια του προγράμματος «Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Στήριξης των Πυρόπληκτων Περιοχών της Χίου» και για την καλύτερη κατανόηση των επιπτώσεων και του αντίκτυπου των καταστροφικών πυρκαγιών στον πληθυσμό της Χίου και πιο συγκεκριμένα στα παιδιά, χορηγήθηκαν ερωτηματολόγια στα παιδιά και στους γονείς των παιδιών.

Τα ερωτηματολόγια ήταν ανώνυμα και η συμπλήρωση τους ήταν εθελοντική.

Στα παιδιά δόθηκε η ελληνική έκδοση του International Trauma Questionnaire – Child and Adolescent Version - Διεθνές Ερωτηματολόγιο Τραύματος για Παιδιά και Εφήβους (ITQ-CA) για ηλικίες 7 – 17 που έχει σταθμιστεί στα ελληνικά. Στους γονείς χορηγήθηκε ερωτηματολόγιο με δημογραφικά στοιχεία και ανοικτού τύπου ερωτήσεις σχετικά με την φωτιά και η ελληνική έκδοση του WHO-5 Well-Being Index (Δείκτης Ευεξίας του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας).

Το International Trauma Questionnaire – Child and Adolescent Version (ITQ-CA) είναι ένα εξειδικευμένο, αυτοσυμπληρούμενο ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιείται για τη διάγνωση της Διαταραχής Μετατραυματικού Στρες (PTSD) και της Σύνθετης Διαταραχής Μετατραυματικού Στρες (CPTSD) σε παιδιά και εφήβους, σύμφωνα με τα κριτήρια του ICD-11. Αξιολογεί συμπτώματα τραύματος (επανβίωση, αποφυγή, αίσθηση απειλής) και διαταραχές στην αυτο-οργάνωση (συναισθηματική απορρύθμιση, αρνητική αυτοεικόνα, δυσκολίες στις σχέσεις).

Το WHO-5 Well-Being Index (Δείκτης Ευεξίας Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας) είναι ένα σύντομο ερωτηματολόγιο αυτοαξιολόγησης που χρησιμοποιείται για τη μέτρηση της τρέχουσας ψυχικής ευεξίας.

Κάποια από τα πρώτα αποτελέσματα των ερωτηματολογίων παραθέτονται με το ποσοστό της ΔΜΤΣ (διαταραχής μετατραυματικού στρες) να συναντάται στο 45% των παιδιών. Σύμφωνα με την βιβλιογραφία στην υποξεία φάση μετά την πυρκαγιά, ο αριθμός των παιδιών με σημαντικά συμπτώματα μετατραυματικού στρες μπορεί να φτάσει το 92%. Μελέτες που αξιολόγησαν το ποσοστό πιθανού μετατραυματικού στρες 6 μήνες μετά την πυρκαγιά βρήκαν παρόμοια αποτελέσματα με το 9-12% των παιδιών και των εφήβων να εμφανίζουν μέτριο έως σοβαρό ποσοστό μετατραυματικού στρες.

Σημαντικό να επισημανθεί είναι το γεγονός ότι ακόμα και τα παιδιά που δεν πληρούσαν τα κριτήρια για την διαταραχή είχαν σε μεγάλο ποσοστό ένα τουλάχιστον σύμπτωμα της διαταραχής (επαναβίωση, αποφυγή, αίσθηση απειλής).

Στατιστικά Αποτελέσματα ανά Σχολείο
Πίνακας αποτελεσμάτων ανά σχολείο:

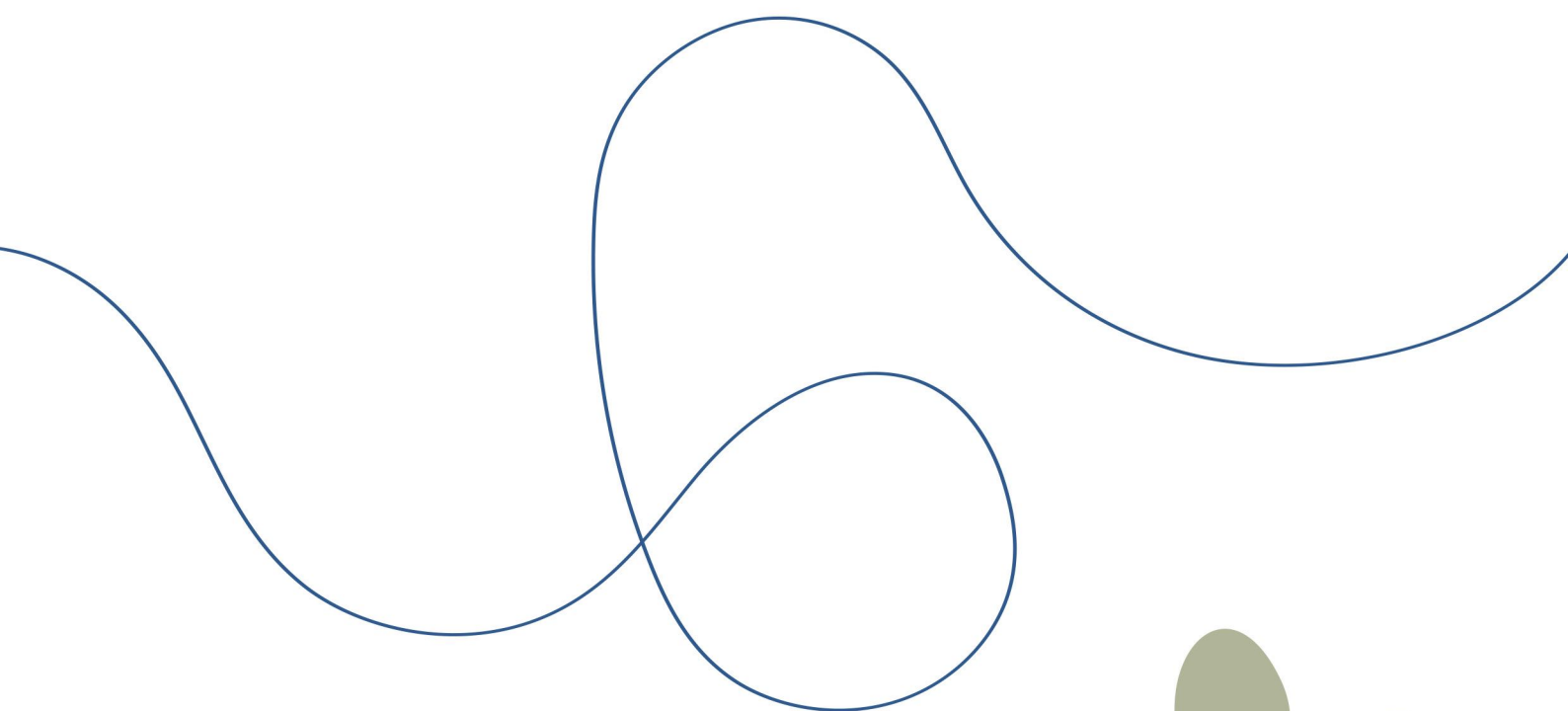
	Επαναβίωση	Αποφυγή	Αίσθηση Απειλής	Λειτουργική Έκπτωση	Μετατρ. Στρες	Επίπτώσεις
ΑΓ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ	94,73%	94,73%	100%	68,42%	12	2
ΚΑΡΥΕΣ	82,35%	88,23%	94,11%	88,23%	10	6
3ο ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ	7,1%	0%	7,1%	0%	0	5
1ο ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ	85,71%	90,47%	80,95%	90,47%	13	13
2ο ΒΡΟΝΤΑΔΟΥ	80%	53,33%	73,33%	66,66%	6	3
ΚΑΡΡΑΔΕΙΟ	70,58%	47,05%	58,82%	23,52%	4	4
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΒΟΛΙΣΣΟΥ	100%	85,71%	71,42%	57,14%	3	4
ΓΥΜΝΑΣΙΟ-ΛΥΚΕΙΟ ΒΟΛΙΣΣΟΥ	87,5%	75%	68,75%	75%	7	2
ΛΙΒΑΔΙΑ	61,53%	76,92%	61,53%	61,53%	6	1
3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΙΟΥ	75%	83,33%	75%	75%	7	2
ΣΧΟΛΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΑΜΠΟΧΩΡΩΝ	90%	100%	90%	30%	3	3
ΣΥΝΟΛΟ (N=151)	74,8%	70,01%	70,86%	62,25%	45% (N=68)	26,49% (N=40)

Τα παιδιά της Χίου ζωγραφίζουν την ελπίδα

Στις 25 Απριλίου 2026 πραγματοποιήθηκε με επιτυχία ανοιχτή καλλιτεχνική έκθεση στο σχολείο της Βολισσού, η οποία αποτέλεσε την κορύφωση της δράσης του προγράμματος.

Οι δημιουργίες όλων των σχολείων θα παραμείνουν σε φυσική μορφή στον χώρο του σχολείου της Βολισσού, καθώς και σε μορφή αφισών σε κεντρικά σημεία του χωριού, ως δώρο ελπίδας και αναγέννησης.





30 ΧΡΟΝΙΑ ΜΑΖΙ | Η ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΣΤΟ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ

Με την υποστήριξη

