

- **ΕΜΠΡΑΚΤΗ και ΟΧΙ ΕΙΚΟΝΙΚΗ** εμπλοκή των μαθητών και μαθητριών στον καθορισμό των κανονισμών του σχολείου.
- **Εφαρμογή - τήρηση** των σχολικών κανονισμών με ΣΥΝΕΠΕΙΑ και ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑ.

➔ **Καλές Πρακτικές Αγωγής Υγείας και Πρόληψης της Παραβατικότητας:** Πληθώρα από ενδεικτικές δραστηριότητες που υλοποιήθηκαν με επιτυχία από σχολικές μονάδες παρουσιάζεται στην ιστοσελίδα του Υπουργείου Παιδείας (εγκύκλιος γπρ4464).

➔ **Ιδέες για βελτίωση του Σχολικού Κλίματος** μπορείτε να συζητήσετε με τον καθηγητή Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής (ΣΕΑ) και τον εκπαιδευτικό ψυχολόγο σε επίπεδο σχολείου, και το Παρατηρητήριο για τη Βία στο ΥΠΠ.

➔ **Η Συντονιστική Επιτροπή Αγωγής Υγείας και Πολιτότητας (ΣΕΑΥΠ)** επιφορτίζει δράσεις που συμβάλουν στην βελτίωση του σχολικού κλίματος. Για σχετικά έντυπα για τις αιτήσεις και άλλες χρήσιμες πληροφορίες που ισχύουν για κάθε σχολική χρονιά μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα της ΣΕΑΥΠ, στο σύνδεσμο «Επιχορηγήσεις».

<http://www.moec.gov.cy/seayp/epichorigiseis.html>
(ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: seayp@schools.ac.cy)

➔ **Η Ομάδα Άμεσης Παρέμβασης (ΟΑΠ)** μπορεί να βοηθήσει τη σχολική μονάδα σε περιπτώσεις που βρίσκεται αντιμετώπιση με σοβαρά ζητήματα παραβατικότητας (βλέπε εγκύκλιο 4742 ΔΕ, 4814 ΜΓ, ΜΤΕΕ). Η έγκαιρη και αποτελεσματική αντιμετώπιση τέτοιων περιστατικών συμβάλλει ουσιαστικά στην πρόληψη και αντιμετώπιση των ουσιών εξάρτησης.

Σχολείο Χωρίς Καπνό

Η εφαρμογή της πολιτικής της πλήρους απαγόρευσης του καπνίσματος στο σχολείο αποτελεί το ουσιαστικότερο μέτρο πρόληψης κατά του καπνίσματος αλλά και παράνομων ουσιών εξάρτησης στο χώρο του σχολείου. Συγκεκριμένα και αποδοτικά μέτρα είναι:

- **Εφαρμογή** χωρίς εξαιρέσεις της νομοθεσίας για το κάπνισμα. Κανένας δεν καπνίζει σε οποιοδήποτε σχολικό χώρο (εσωτερικό ή εξωτερικό). (γπρ 6104)

Συντονιστική Επιτροπή Αγωγής Υγείας και Πολιτότητας
<http://www.moec.gov.cy/seayp/index.html>

© ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΠΑΙΔΑΓΟΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

αγωγή
υγείας



α1 Πρόληψη της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών στο σχολείο.

Η Πρόληψη της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών στο σχολείο ΣΥΝΔΕΕΤΑΙ με:

- Την **επιτυχία** των μαθησιακών στόχων που θέτει το σχολείο για τον κάθε μαθητή και την κάθε μαθήτρια.
- Την **παροχή** ασφαλούς υποστηρικτικού σχολικού περιβάλλοντος.
- Τη **στήριξη** κάθε μαθητή και κάθε μαθήτριας που βιώνει δύσκολες συνθήκες.
- Τη **συστηματική** και διαβαθμισμένη αγωγή υγείας που εστιάζεται στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων.
- Το **γκρέμισμα** της εσφαλμένης διαδεδομένης αντίληψης που επικρατεί μεταξύ των νέων ότι «όλοι έχουν δοκιμάσει».
- Την **Εθνική Στρατηγική** για τα ναρκωτικά, όπως διαμορφώθηκε από το Αντιναρκωτικό Συμβούλιο Κύπρου (www.ask.org.cy).

α1 Πρόληψη εξαρτησιογόνων ουσιών στο σχολείο... ΠΩΣ;

Σχολικό κλίμα: Μαθητές και μαθήτριες που βιώνουν θετικά συναισθήματα για το σχολείο τους, έχουν λιγότερες πιθανότητες να αναπτύξουν επικίνδυνες συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία και είναι πιθανότερο να έχουν καλύτερα εκπαιδευτικά αποτελέσματα. Βελτίωση του σχολικού κλίματος, μπορεί να επιτευχθεί μέσα από:

- **Προώθηση δράσεων** που εισαγούνται οι ίδιοι οι μαθητές, οι μαθήτριες, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς/κηδεμόνες, που να συμβάλλουν στη δημιουργία κλίματος εμπιστοσύνης και ασφάλειας στο σχολείο.
- **Μετάδοση** στους μαθητές και τις μαθήτριες, του αισθήματος ότι περιβάλλονται από εκπαιδευτικούς που νοιάζονται, τους ενθαρρύνουν και έχουν υψηλή προσδοκία για αυτούς και αυτές.
- **Καλλίεργα** του αισθήματος περηφάνιας για το σχολείο.
- **Ανάπτυξη** πολιτικής και εφαρμογή προληπτικών δράσεων που έχουν σχέση με θέματα παραβατικότητας.

- **Πλήρης κατάργηση** και απαγόρευση λειτουργίας χώρων ή περιοχών του σχολείου για καπνιστές/καπνίστριες.
- **Ενημέρωση** όλων (μαθητές-μαθήτριες, γονείς/κηδεμόνες και εκπαιδευτικοί) για το περιεχόμενο της νομοθεσίας για το κάπνισμα και πιστή της εφαρμογή. Συμφωνήστε και επιλέξτε, όσο γίνεται πιο άμεσα, μια ημερομηνία όπου όλοι και όλες μαζί θα εφαρμόσετε με συνέπεια και υπερωρίμια τους υγειικούς κανονισμούς.
- **Πρατή** ενημέρωση του οικείου επθεωρητή του σχολείου και της ΣΕΑΥΠ για τυχόν περιπτώσεις εκπαιδευτικών οι οποίοι/ες παραβιάζουν τη νομοθεσία για το κάπνισμα στο σχολείο. Σε περίπτωση απουσίας γραπτής ενημέρωσης, η ευθύνη βαρύνει και τον/τη διευθυντή/διευθύντρια.

➔ **Καλές πρακτικές για ένα σχολείο χωρίς καπνό** μπορείτε να βρείτε στην εγκύκλιο 4316 ΜΕ, 419 ΜΤΕΕ, 2110 ΔΕ.

➔ **Η Επιθεώρηση Βιολογίας** μπορεί να σας καθοδηγήσει μέσω ενός εργαστηρίου στην ανάπτυξη και εφαρμογή πολιτικής σχολείου χωρίς καπνό. Μπορείτε να υποβάλετε το αίτημά σας στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: dme-viologia@schools.ac.cy

Πρόγραμμα Σπουδών Αγωγής Υγείας (ΠΣΑΥ)

Η Αγωγή Υγείας αποτελεί τον συνδυασμό κριτικού προληπτικών παρεμβάσεων στο σχολικό περιβάλλον. Στο ΠΣΑΥ περιλαμβάνεται ξεχωριστή θεματική ενότητα που αφορά τη «χρήση και κατάργηση ουσιών εξάρτησης» η οποία είναι ενταγμένη στο ευρύτερο πρόγραμμα Σπουδών Αγωγής Υγείας που περιλαμβάνει συσχετιζόμενες ενότητες όπως η Προαγωγή της Αυτοεκτίμησης, η Διαχείριση Συνασθημάτων, η Ανάπτυξη Κοινωνικών Δεξιοτήτων, Δικαιώματα και Υποχρεώσεις κλπ. Το σημαντικό είναι ότι η Αγωγή Υγείας είναι πλέον θεσμοθετημένη και αναπτύσσεται προοδευτικά και συστηματικά για όλους τους μαθητές και όλες τις μαθήτριες. Σε αυτό το πλαίσιο προκύπτει ανάγκη για:

- **Παρακολούθηση** της εφαρμογής του ΠΣΑΥ και στήριξη των εκπαιδευτικών που το εφαρμόζουν (καθηγητές/τριες Αγωγής Υγείας/Οικιακής Οικονομίας, Βιολογίας).

- **Προώθηση** σχολικών δράσεων στα πλαίσια της εφαρμογής του ΠΣΑΥ. Συμβουλευτείτε τον/την καθηγητή/τρια της Αγωγής Υγείας/Οικιακής Οικονομίας, Βιολογίας του σχολείου σας.
- **Αποτελεσματική αντιμετώπιση των μύθων** που αφορούν τις ουσίες εξάρτησης. Στις ιστοσελίδες του Αντιναρκωτικού Συμβουλίου Κύπρου μπορείτε να βρείτε αντικειμενικές πληροφορίες για τις ουσίες εξάρτησης www.ask.org.cy, www.askwv.org.cy/

➔ **Ιδέες μπορείτε να βρείτε στις ιστοσελίδες της Αγωγής Υγείας που αφορούν το ΠΣΑΥ:**

<http://agogy4.schools.ac.cy/index.php/el/>
http://www.schools.ac.cy/cyliko/mesi/Themata/oi_kia_ki_oi_konomia/index.html

➔ **Εξωτερικοί φορείς** προσφέρουν προγράμματα αγωγής υγείας που εξειδικεύονται στην πρόληψη της χρήσης ουσιών εξάρτησης. Σε περιπτώσεις που ως σχολείο αιτείσθε συνεργασία με εξωτερικούς φορείς για προγράμματα πρόληψης της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών απαιτείται έγκριση από τη ΣΕΑΥΠ. (seayp@schools.ac.cy)

Στήριξη Μαθητριών και Μαθητών

Η παροχή βοήθειας σε ένα άτομο στις δύσκολες στιγμές της προσωπικής, οικογενειακής και μαθητικής ζωής του είναι ένας από τους κύριους στόχους των σύγχρονων προγραμμάτων πρόληψης για τις ουσίες εξάρτησης. Στο σχολείο καλούμαστε να ενδυναμώσουμε τις μαθήτριες και τους μαθητές μέσα από ένα δίκτυο υποστηρικτικών διαδικασιών, όπως:

- **Αξιοποίηση** των Καθηγητών/τριών Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής, των Υπευθύνων τμημάτων και των οικείων Εκπαιδευτικών Ψυχολόγων του σχολείου.
- **Συνεργασία** με Υπηρεσίες Κοινωνικής Ευημερίας και Ψυχικής Υγείας εκεί όπου χρειάζεται.
- **Συνεργασία** με επίσημους φορείς της κοινότητας (π.χ. εκκλησία, δημοτικές και κοινοτικές αρχές)
- Ενημέρωση των μαθητριών και των μαθητών για αξιοποίηση των ευκαιριών που τους δίνονται από τον Οργανισμό Νεολαίας Κύπρου (ΟΝΕΚ), για παροχή βοήθειας, στήριξη και εμπιστευτική συνομιλία, μέσω του Τομέα

Πρόληψης και Συμβουλευτικών Υπηρεσιών (πληροφορίες στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://onek.org.cy/archiki-selida/programmata-ipiresies/simvouleflikes-ipiresies/protasi/>) και ιδίως από τη Γραμμή Επικοινωνίας 1410 και τη Συμβουλευτική μέσω Διαδικτύου (ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://onek.org.cy/archiki-selida/programmata-ipiresies/simvouleflikes-ipiresies/e-counseling/>).

- **Οικονομική** ομίληξη μαθητών και μαθητριών που ανήκουν σε ευάλωτες ομάδες, για ποιοτική αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου (πληροφορίες, επικοινωνία με ΣΕΑΥΠ, ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: seayp@schools.ac.cy)
- **Ανάπτυξη** μιας καλής σχέσης με ένα ή μια εκπαιδευτικό κατά τη διάρκεια του διαλείμματος, αποτελεί προστατευτικό παράγοντα για ένα μαθητή ή μια μαθήτρια που βρίσκεται σε μια δύσκολη φάση της ζωής του/της.
- **Παραπομπή** μαθητών και μαθητριών Β' Γυμνασίου που βρίσκονται σε μια δύσκολη φάση της ζωής τους, στα Μαθητικά Σεμινάρια Αγωγής Υγείας, σε συνεννόηση με τον/την Καθηγητή/τρια Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής.

Β Σχολείο και αντιμετώπιση της χρήσης ουσιών και καπνού από μαθητές και μαθήτριες

➔ **Για τους/τις χρήστες/τριες μαθητές/τριες που αναζητούν βοήθεια:**

- **Λειτουργία** Πρωτοκόλλου που προνοεί την θεσμοθετημένη διαδικασία παραπομπής των μαθητών και μαθητριών που κάνουν χρήση ουσιών εξάρτησης προς εξειδικευμένα Θεραπευτικά Κέντρα μέσα από διαδικασίες εγγυηθείας (εγκύκλιος ΜΕ: 3989, ΜΤΕΕ 180). Για το Πρωτόκολλο Παραπομπής του κάθε σχολείου, υπεύθυνος/η είναι ο/η Καθηγητής/τρια της Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής (ΣΕΑ). Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την εφαρμογή του πρωτοκόλλου μπορείτε να επικοινωνείτε με την ΥΣΕΑ στο τηλ. 22800931)
- **Κέντρο** Συμβουλευτικής Εφήβων και Οικογένειας «ΠΕΡΣΕΑΣ», Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας, για τις επαρχίες Λευκωσίας και Λάρνακας. Άνοχη γραμμή 1456

για βοήθεια.

- Το Κέντρο Πρόληψης και Συμβουλευτικής Εφήβων και Οικογένειας «ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ», Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας, για τις επαρχίες Λεμεσού και Πάφου. Τηλέφωνα: 25 305079, 25 305110 για βοήθεια.

➔ **Για τους/τις μαθητές/τριες καπνιστές/τριες:**

- **FRED GOES TO SCHOOL:** Το πρόγραμμα Fred Goes To School, το οποίο εφαρμόζεται υπό το συντονισμό του Αντιναρκωτικού Συμβουλίου Κύπρου, προσφέρεται από τους/τις Καθηγητές/τριες Σ.Ε.Α στη Μέση Γενική, απευθύνεται σε μαθητές και μαθήτριες οι οποίοι/ες έχουν παραπεμφθεί στη διεύθυνση του σχολείου για κάπνισμα σε σχολικό χώρο ή σχολικές εκδηλώσεις. Στόχος του προγράμματος είναι η πρώτη παρέμβαση (Για περισσότερες πληροφορίες για την εφαρμογή του προγράμματος μπορείτε να απευθύνεστε στην ΥΣΕΑ στο τηλ. 22800931).

Υ ΣΧΟΛΕΙΟ και Υπηρεσία Καταπολέμησης Ναρκωτικών (Υ.ΚΑ.Ν.)

- Σε περίπτωση που κάποιος μαθητής ή μαθήτρια (χρήστης/τρια παρανόμων ουσιών εξάρτησης) απευθυνθεί για βοήθεια στη διεύθυνση του σχολείου του, τότε αυτός/η θα πρέπει να αντιμετωπισθεί εσωτερικά από τις διαδικασίες του Πρωτοκόλλου Παραπομπής (βλ. μέρος Β1 πιο πάνω). Σε αυτή τη περίπτωση δεν καλείται, ούτε ενημερώνεται η Υ.ΚΑ.Ν.
- Σε περίπτωση πληροφοριών που έχουν σχέση με χρήση, διακίνηση, κατοχή, κατοχή με σκοπό την προμήθεια ή οποιοδήποτε άλλο αδίκημα έχει σχέση με τις παράνομες εξαρτησιογόνες ουσίες, θα πρέπει απαραίτητα να ενημερώνεται η Υ.ΚΑ.Ν., η οποία θα αναλαμβάνει δράση βάσει της νομοθεσίας. Άνοχη γραμμή επικοινωνίας για βοήθεια 1498.