

Στο εργαστήριο «Καθρέφτη, Καθρεφτάκι μου» που θα υλοποιηθεί για τους γονείς και τις/τους φροντίστριες/φροντιστές θα συζητηθούν οι παρακάτω ενότητες:

- η εφηβεία και η υιοθέτηση υγιεινών συνηθειών διατροφής
- παρουσίαση των διαταραχών πρόσληψης τροφής (ψυχογενής ανορεξία, ψυχογενής βουλιμία, διαταραχή υπερφαγίας)
- ο ρόλος των γονέων στην εμφάνιση διαταραχών πρόσληψης τροφής στους εφήβους
- τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης των διαταραχών πρόσληψης τροφής από τους γονείς
- γνωριμία με την έννοια «Body Neutrality» (Ουδέτερη στάση – Ουδετερότητα ως προς το σώμα) και παρουσίαση των τρόπων εφαρμογής του Body Neutrality στην καθημερινότητα του εφήβου ατόμου
- ο ρόλος των social media στην εμφάνιση διαταραχών πρόσληψης τροφής και τρόποι παρέμβασης των γονέων για την “ορθή” χρήση τους από τους εφήβους
- ο ρόλος της κουλτούρας του καταναλωτισμού και των προτύπων που επιβάλλει και τρόποι αντίστασης στην τρέχουσα τάση της κοινωνίας μας.

Η δράση "Καθρέφτη, καθρεφτάκι μου" υλοποιείται έως και τον Μάρτιο 2024 με την υποστήριξη του Τμήματος Αγωγής Υγείας της Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Αχαΐας, στο πλαίσιο του προγράμματος Σημεία Στήριξης, που συγχρηματοδοτείται από το Κοινωνικό Ίδρυμα Ιωάννη Σ. Λάτση, το ΤΙΜΑ Κοινωνικό Ίδρυμα, το Ίδρυμα Καπετάν Βασίλη & Κάρμεν Κωνσταντακόπουλου, το Ίδρυμα Α. Γ. Λεβέντη, το Κοινωνικό Ίδρυμα Αθανάσιος Κ. Λασκαρίδης, το Costas M. Lemos Foundation, το Κοινωνικό Ίδρυμα Κοινωνικού και Πολιτιστικού έργου ΚΙΚΠΕ, το The Hellenic Initiative Canada, το Ίδρυμα Αθηνάς Ι. Μαρτίνου και το Ίδρυμα Μποδοσάκη.

Στο πλαίσιο της δράσης υλοποιούνται εργαστήρια σε εκπαιδευτικούς, μαθήτριες και μαθητές γυμνασίου και λυκείου της Αχαΐας αλλά και σε γονείς. Στον σύνδεσμο αυτό μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες και το ενημερωτικό υλικό της Δράσης “Καθρέφτη, καθρεφτάκι μου”: <https://www.erifyli.org/kathreftaki>

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να μας καλέσετε στο 6973688874.