



## «Αλκοόλ και νέοι»

Την Δευτέρα 13 Μαρτίου 2023 οι μαθητές της Β΄ και Γ΄ Γυμνασίου παρακολούθησαν **2ωρη παρουσίαση ενημέρωση-ευαισθητοποίηση με θέμα το «Αλκοόλ και νέοι».**

Η δράση υλοποιήθηκε στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών προγραμμάτων του Υπουργείου Υγείας, της Γενικής Γραμματείας Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, της Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, του Τμήματος Γ΄ Ανάπτυξης Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας και Πρόληψης, τα οποία απευθύνονται σε μαθητές και μαθήτριες Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης.

Ανήκει στον θεματικό άξονα «**Προαγωγή ψυχικής υγείας παιδιού και εφήβου**» και υλοποιήθηκε από την κ. **Μασούρα Φωτεινή**, επαγγελματία υγείας του Κέντρου Ψυχικής Υγείας και Υπηρεσιών Δημόσιας Υγείας της Περιφερειακής Ενοτήτας Ιωαννίνων.

Κατά την παρουσίαση μιλήσαμε για ένα θέμα που απασχολεί τους νέους, αλλά και την κοινωνία συνολικά: το αλκοόλ.

Η εφηβεία είναι μια περίοδος στη ζωή μας όπου αναζητούμε νέες εμπειρίες και επιθυμούμε να ανακαλύψουμε ποιοι είμαστε. Όμως, αυτό μπορεί να μας οδηγήσει σε επικίνδυνα μονοπάτια, όπως την κατάχρηση αλκοόλ.

Πολλοί από τους μαθητές μπορεί να έχουν ακούσει για την επίδραση του αλκοόλ στον οργανισμό τους, αλλά ίσως να μην έχουν συνειδητοποιήσει πλήρως τις επιπτώσεις του στη ζωή τους.

Καταρχάς, το αλκοόλ είναι μια ουσία που μπορεί να προκαλέσει επικίνδυνες καταστάσεις, όπως ατυχήματα και βίαιες συμπεριφορές. Επιπλέον, η κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να προκαλέσει πολλά προβλήματα στην υγεία μας, κυρίως όταν καταναλώνεται σε μεγάλες ποσότητες ή σε νεαρή ηλικία. Η κατάχρηση αλκοόλ μπορεί να οδηγήσει σε περιστατικά αλκοολισμού, καρκίνο, νευρολογικά προβλήματα και άλλα.

Τέλος, η κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να επηρεάσει την κοινωνική μας ζωή, με αρνητικές επιδράσεις στις σχέσεις μας με τους φίλους και την οικογένεια.

Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ότι η κατανάλωση αλκοόλ δεν είναι κάτι που πρέπει να γίνεται από ανάγκη ή από πίεση του περιβάλλοντος μας.

Επιπλέον, δεν είναι απαραίτητο να πιείτε αλκοόλ για να περάσετε καλά. Υπάρχουν πολλοί τρόποι να διασκεδάσουμε και να απολαύσουμε τον ελεύθερο χρόνο μας χωρίς να βλάπτουμε την υγεία μας και τη ζωή μας.

Ελπίζουμε ότι η συγκεκριμένη δράση βοήθησε τους μαθητές μας!