



Ε. Βοσπάνη 3 - Μυτιλήνη

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

## ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Το Κέντρο Πρόληψης «Πνοή» προτίθεται να υλοποιήσει Σεμινάριο Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Ενηλίκων στη Μυτιλήνη με στόχο την προσωπική ανάπτυξη, τη συζήτηση και την ανταλλαγή απόψεων για θέματα, που αφορούν την ψυχική υγεία. Πρόκειται για ένα ταξίδι στον κόσμο του κινηματογράφου που θα αποκαλύψει την ομορφιά των απλών στιγμών, την παρέα των άλλων, το μεγαλείο της ζωής, το χιούμορ και το δράμα που κρύβεται μέσα μας., ένα ταξίδι μέσα στα φιλοσοφικά ενάντια στα πρακτικά ζητήματα, που συχνά αντιμετωπίζουμε.

Το Σεμινάριο θα υλοποιηθεί μέσα από την προβολή ταινιών, που θα αναδεικνύουν τα θέματα που θα συζητάμε...

Ενδεικτικά θέματα, που θα αναδυθούν μέσα από τις ταινίες που θα προβληθούν είναι τα ακόλουθα:

1. Η οικογένεια μας, οι ρίζες της ζωής μας.
2. Τι είναι ο χρόνος πραγματικά, και πώς ορίζουμε το νόημα στη ζωή μας, «τι είναι ζωή;»
3. Κομμάτια, που μας λείπουν από την πορεία της ενηλικίωσης μας  
Η προσπάθεια μας να τα βρούμε στις σχέσεις μας με τους άλλους..
4. Μορφές εξάρτησης και εξαρτητικής σχέσης ...
5. Η αξία του να είσαι ο εαυτός σου και να κυνηγάς τα όνειρα σου...
6. Η αγάπη και η προσφορά στη ζωή. Η έννοια της προσφοράς στην ομαλή λειτουργία της κοινότητας μέσα στην οποία ζούμε
7. Η έννοια του διαφορετικού και της διαφορετικότητας. Αποδοχή και σεβασμός.
8. Η αμφιβολία, ο φόβος στη ζωή μας και στις σχέσεις μας
9. Ο διαφορετικός τρόπος, διαφορετικοί τρόποι με τους οποίους μπορούμε να επικοινωνήσουμε με τον άλλον.
10. Οι σχέσεις φιλίας και αγάπης στη ζωή μας. Ο επαναρθωτικός τους ρόλος
11. Η φιλία, η διάκριση, ο ρατσισμός.
12. Η απώλεια της δουλειάς, της σχέσης, αγαπημένων προσώπων και .....  
πολλά άλλα που θα συν-αποφασίσουμε μαζί με τα μέλη της ομάδας, που θα λειτουργήσει.

Το Σεμινάριο θα πραγματοποιείται κάθε Τετάρτη 7.00 – 9.00.

1<sup>η</sup> συνάντηση: 24 Οκτωβρίου 2018

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

Όσοι ενδιαφέρονται να συμμετέχουν μπορούν να δηλώνουν συμμετοχή στο τηλ. **2251020600**.

Οι παροχές του Κέντρου Πρόληψης «Πνοή» είναι δωρεάν.



OKANA

Σε συνεργασία με τον Οργανισμό κατά των Ναρκωτικών