



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΝΟΜΟΣ ΛΑΚΩΝΙΑΣ

ΔΗΜΟΣ ΣΠΑΡΤΗΣ

ΑΥΤ.ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ,  
ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

Ταχ.Δ/ση : Ευαγγελιστρίας 85 – 87

Τ.Κ. : 23 100

Πληροφορίες : Βασιλική Κατσίχη

E- mail : v.katsixti@1504.syzefxis.gov.gr

Τηλέφωνο : 27310 – 22226 (εσωτ. 122)

Σπάρτη 16 / 05 / 2022

Αριθ. Πρωτ.: οικ : 7799

ΠΡΟΣ: Δ/ση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Λακωνίας  
2<sup>ο</sup> χιλ. Ε.Ο. Σπάρτης – Γυθείου  
23100 – Σπάρτη

**Θέμα «Διαχείριση άγχους την κρίσιμη περίοδο των εξετάσεων – Μέθοδοι και τεχνικές παρέμβασης»**

Το Αυτοτελές Τμήμα Κοινωνικής Προστασίας, Παιδείας, Αθλητισμού και Πολιτισμού και το Κέντρο Κοινότητας του Δήμου Σπάρτης, αναγνωρίζοντας το μεγάλο φόρτο των μαθητών αλλά και ολόκληρης της οικογένειας που η περίοδος των εξετάσεων επιφέρει, στηρίζει τον αγώνα τους, παρέχοντας τις υπηρεσίες του είτε ατομικά, είτε ομαδικά.

Οι κοινωνικοί λειτουργοί και οι ψυχολόγοι του Κέντρου Κοινότητας αλλά και της Κινητής Μονάδας, βρίσκονται εδώ παρέχοντας ΔΩΡΕΑΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ, βοηθώντας έτσι τους μαθητές να θέτουν ρεαλιστικούς στόχους, να αξιοποιούν τις δυνατότητές τους, να εντοπίζουν τις αδυναμίες τους και να επενδύουν στην προσπάθειά τους.

Σημειώνεται ότι οι συνεδρίες μπορεί να είναι είτε ατομικές είτε ομαδικές σε οικογένειες, μαθητές αλλά και εκπαιδευτικούς.

Συνημμένα σας αποστέλλουμε σχετικό Δελτίο Τύπου με την παράκληση να κοινοποιηθεί στις Σχολικές Μονάδες του Δήμου μας, προς ενημέρωση των μαθητών αλλά και των οικογενειών τους.



Η Αντιδήμαρχος  
Τεχνικών Έργων & Υπηρεσιών Δόμησης,  
Τουριστικής Ανάπτυξης & Κοινωνικής Πολιτικής

Γεωργία Ζαχαράκη - Αναστασοπούλου



## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Η **Παγκόσμια Ημέρα Οικογένειας** καθιερώθηκε το 1993 με απόφαση της Γενικής Συνέλευσης του ΟΗΕ. Από τότε, κάθε χρόνο τη 15η Μαΐου γιορτάζουμε την οικογένεια, το σημαντικό ρόλο που παίζει στη ζωή μας και τη σπουδαιότητά της ως βασικό κύτταρο της κοινωνίας.

Η οικογένεια για τους Έλληνες είναι υψίστης σημασίας και είναι αναγκαίο να υποστηριχθεί από την κρατική μέριμνα με τον καταλληλότερο τρόπο, ώστε να διατηρηθεί ακέραια η δομή και η συνοχή της ελληνικής κοινωνίας. Η παραδοσιακή ελληνική οικογένεια είναι ο πυρήνας και η κινητήριος δύναμη που εμπνέει με αρχές και αξίες τα παιδιά μας, το μέλλον της πατρίδας μας.

Ο Ιούνιος είναι ο μήνας των εξετάσεων, είτε αναφερόμαστε στις ενδοσχολικές, είτε στις ακαδημαϊκές, είτε κυρίως στις πιο κρίσιμες, τις Πανελλαδικές εξετάσεις. Οι μαθητές καλούνται να δοκιμάσουν τις δυνάμεις τους με αποφάσεις, που θα κληθούν να πάρουν για την είσοδό τους, στην ενήλικη ζωή τους. Οι μέρες που απομένουν για τη διεξαγωγή των φετινών εξετάσεων είναι ελάχιστες.

Το Αυτοτελές Τμήμα Κοινωνικής Προστασίας, Παιδείας, Αθλητισμού και Πολιτισμού και το Κέντρο Κοινότητας του Δήμου Σπάρτης, αναγνωρίζοντας το μεγάλο φόρτο των μαθητών αλλά και ολόκληρης της οικογένειας που η περίοδος των εξετάσεων επιφέρει, **στηρίζει τον αγώνα** τους, παρέχοντας τις υπηρεσίες του είτε ατομικά, είτε ομαδικά.

Με την αβεβαιότητα και το φόβο να διακατέχει ακόμα και τα υποστηρικτικά τους πλαίσια (γονείς και εκπαιδευτικούς), είναι πιθανό οι νέοι να αισθάνονται εντονότερα την πίεση πως θα πρέπει, σε αυτή τη δύσκολη περίοδο που διανύουμε, να ανταποκριθούν επαρκώς στις επερχόμενες εξετάσεις.

Οι κοινωνικοί λειτουργοί και οι ψυχολόγοι του Κέντρου Κοινότητας αλλά και της Κινητής Μονάδας, βρίσκονται εδώ παρέχοντας **ΔΩΡΕΑΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ**, βοηθώντας έτσι τους μαθητές να θέτουν ρεαλιστικούς στόχους, να αξιοποιούν τις δυνατότητές τους, να εντοπίζουν τις αδυναμίες τους και να επενδύουν στην προσπάθειά τους.

Η Αντιδήμαρχος Τεχνικών Υπηρεσιών, Τουρισμού & Κοινωνικής Πολιτικής **Γεωργία Ζαχαράκη –Αναστασοπούλου** αναφέρει: «Όλο αυτό το διάστημα, λόγω της πανδημίας οι μαθητές είχαν να αντιμετωπίσουν τον εγκλεισμό, τον περιορισμό συναναστροφών και δραστηριοτήτων, μία αβεβαιότητα γενική, αφού βίωσαν όπως όλοι μας αντιφατικά και μεταβαλλόμενα συναισθήματα. **Στόχος λοιπόν όλων μας είναι, με τη βοήθεια των Υπηρεσιών μας, μέσα από αυτή τη δράση το άγχος να μεταβληθεί σε δημιουργικότητα και να φέρει αίσια αποτελέσματα σε όλους. Τονίζω δε ότι παρέχουμε ατομικές / ομαδικές συνεδρίες σε οικογένειες, μαθητές αλλά και εκπαιδευτικούς».**

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν με τα γραφεία του Κέντρου Κοινότητας στα τηλέφωνα: 27313 – 61240 , 241 , 242.

Εκ του Δήμου



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη