



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας

Οδηγός προς τους εκπαιδευτικούς

Το προτεινόμενο εκπαιδευτικό υλικό ανταποκρίνεται στην Θεματική Ενότητα «Φροντίζω το Περιβάλλον» και τις υποενότητες «Οικολογία - Παγκόσμια και Τοπική Φυσική Κληρονομιά» και «Παγκόσμια & Τοπική Πολιτιστική Κληρονομιά». Πρόκειται για πρόταση διοργάνωσης και υλοποίησης εργαστηρίου κατασκευής ξύλινων, χειροποίητων παιχνιδιών, των «Παιχνιδιών του Κόσμου», από εκπαιδευτικούς σε συνεργασία με τους μαθητές. Είναι μια δράση που έχει ως κύριο στόχο την ενίσχυση της επικοινωνίας και της συνεργασίας των εκπαιδευτικών με τους μαθητές, μέσα από κατασκευές και παιχνίδι. Τα εργαστήρια αποτελούν χώρο καλλιτεχνικής έκφρασης. Εκτός από κάποια βασικά χαρακτηριστικά των παιχνιδιών που πρέπει να σεβαστούμε για την κατασκευή τους, όπως τον αριθμό των πιονιών και των τετραγώνων του πλατό, οι δημιουργοί τους μπορούν ν' αφήσουν ελεύθερη τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους, βάζοντας την προσωπική τους σφραγίδα στις κατασκευές. Προτείνεται με έμφαση οι μαθητές να χωριστούν σε μικρές ομάδες, ώστε να διασφαλιστεί η ισότιμη εμπλοκή όλων των συμμετεχόντων και η εύρυθμη λειτουργία του εργαστηρίου. Στόχος κάθε ομάδας είναι η δημιουργία ενός παιχνιδιού. Παρακάτω παρατίθενται οι απαραίτητες προϋποθέσεις για το στήσιμο του εργαστηρίου, τα βήματα της δράσης, απαραίτητα υλικά και εργαλεία, ενδεικτικός κατάλογος παιχνιδιών και η ιστοσελίδα της Kaloumba για περισσότερα παιχνίδια.

Απαραίτητες προϋποθέσεις για το στήσιμο ενός εργαστηρίου:

Για την ομαλή διεξαγωγή του εργαστηρίου είναι απαραίτητη η επαφή με εργαζόμενους του Προγράμματος Προαγωγής Αυτοβοήθειας Σητείας, δια ζώσης ή διαδικτυακά, για την πιο αναλυτική μεταφορά της φιλοσοφίας και της τεχνογνωσίας γύρω από τα παιχνίδια.

-Για τη λειτουργία του εργαστηρίου είναι απαραίτητη η εξασφάλιση ενός σταθερού, κλειστού χώρου, προκειμένου να διευκολυνθεί η προσέλευση των ενδιαφερομένων, καθώς και η φύλαξη του ξύλου και των εργαλείων.

-Όσον αφορά τον εξοπλισμό του, χρειάζονται τραπέζια, καρέκλες και παροχή ηλεκτρικού ρεύματος (πρίζες).

-Απαιτούνται εργαλεία (επισυνάπτεται λίστα με τα απαραίτητα). Είναι υποχρεωτική η χρήση τους αυστηρά από τους ενήλικες συμμετέχοντες του εργαστηρίου και η επιτήρηση των παιδιών, για την ασφάλειά τους.

-Η δημιουργία και η δέσμευση μιας συγκεκριμένης και σταθερής ομάδας συμμετεχόντων, καθ' όλη τη διάρκεια λειτουργίας του

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών,

Εκπαιδευτικών &
Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας

-Η ενημέρωση και προετοιμασία της ομάδας όσον αφορά τη συλλογή του ξύλου προς επεξεργασία για τη δημιουργία των παιχνιδιών.

Στάδια κατασκευής επιτραπέζιων ξύλινων παιχνιδιών

1. Η ομάδα επιλέγει το παιχνίδι που θέλει να φτιάξει (επισυνάπτεται αρχείο με οδηγίες κατασκευής και κανόνες)
2. Τα μέλη της ομάδας προσπαθούν να αναλύσουν βασικά στοιχεία του παιχνιδιού τα οποία εξασφαλίζουν τη λειτουργικότητά του, πχ. μέγεθος των πιονιών και των τετραγώνων του πλατό, χρήση ή όχι ενός κάδρου/πλαισίου....
3. Φτιάχνουμε σ' ένα χαρτί το σχεδιάγραμμα του παιχνιδιού (είδος πλατό και πόσα πιόνια) και καθορίζουμε τις διαστάσεις του.
4. Βρίσκουμε την κατάλληλη επιφάνεια
5. Αν χρειαστεί την κόβουμε για να δώσουμε τη διάσταση που θέλουμε και καθαρίζουμε το ξύλο μας (τρίψιμο με γυαλόχαρτο), ειδικά εάν είναι φθαρμένο κι έχει βερνίκι, ώστε να μπορέσουμε να το διακοσμήσουμε όπως θέλουμε.
6. Σχεδιάζουμε το περίγραμμα του πλατό, πχ. τετράγωνο, ορθογώνιο..
7. Επεξεργαζόμαστε το πλατό μας : ζωγραφική, πυρογραφία, ξυλογλυπτική ...
8. Περνάμε βερνίκι ή κερί για την προστασία του παιχνιδιού
9. Φτιάχνουμε τα πιόνια από σκουπόξυλο, χρησιμοποιούμε καπάκια αναψυκτικών, πετρούλες, κοχύλια και οποιοδήποτε άλλο υλικό μπορεί να διαθέτουμε.
10. Τρίβουμε με γυαλόχαρτο τα πιόνια (εάν είναι από ξύλο)
11. Τα διακοσμούμε: ζωγραφική, πυρογραφία, αποχρώσεις ξύλου...
12. Περνάμε βερνίκι ή κερί για την προστασία τους
13. Γράφουμε τις οδηγίες / κανόνες του παιχνιδιού
14. Ώρα για παιχνίδι!

Απαραίτητα Υλικά:

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8
thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540
larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432
chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620
sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών,
Εκπαιδευτικών &
Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων
Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας

Υλικά: ξυλόκολλα, μικρά πινέλα ζωγραφικής πινέλα μεγάλα (μεγέθους 3,5-4,5), γυαλόχαρτα χοντρά και λεπτά, σφουγγαράκια για τελείωμα, βερνίκι νερού, νάιλον (για την κάλυψη των πάγκων εργασίας), γάντια μιας χρήσης, μικρά ή μεσαία κουτιά χρώματα (λαδομπογιά ή πλαστικό), διαλυτικό, καρφιά, μολύβια, χάρακες

Εργαλεία: πριόνια, ηλεκτρικό πριόνι (σέγα), σφυρί, πένσα, τανάλια, ηλεκτρικό τριβείο (αν υπάρχει), ηλεκτρικό τρυπάνι (με διάφορες κεφαλές για τρύπες).

Ιστοσελίδα: <https://www.kaloumba.com/el/>

Ακολουθεί ενδεικτικός πίνακας παιχνιδιών



Ιστορικά στοιχεία

Το Tangram, του οποίου η κινεζική ονομασία είναι « qí qiao bān » ή « Tchi'i Tchi'iao pan», χρονολογείται γύρω στο 770-221 π.Χ. Σύμφωνα με την κινεζική παράδοση, αποτελεί άσκηση για να φτάσουμε στη σοφία!

Πρέπει ν'αναφέρουμε ότι τον 3ο αι.π.Χ. ο Αρχιμήδης επινόησε το "στομάχιον" το οποίο περιλάμβανε 14 γεωμετρικά σχήματα που σχημάτιζαν στο σύνολό τους ένα τετράγωνο. Άραγε υπήρχε κάποια σχέση με το Tangram;

Διάσημοι συγγραφείς, όπως ο Lewis Carroll και ο Edgar Allan Poe συνήθιζαν να παίζουν Tangram. Ακόμη κι ο Ναπολέον, όταν ήταν εξόριστος, ήταν παθιασμένος με το παιχνίδι.

Το 19ο αιώνα το Tangram έγινε πολύ δημοφιλές και τα γεωμετρικά του σχήματα άρχισαν να χρησιμοποιούνται σε διακοσμητικά έπιπλα και τραπεζία.

Το παιχνίδι αυτό μας προσφέρει τη δυνατότητα τουλάχιστον 1600 συνδυασμών! Τώρα είναι η σειρά σας να παίξετε!

Υλικά: ένα τετράγωνο διαιρεμένο σε 7 κομμάτια-γεωμετρικά σχήματα, εκ των οποίων 5 ισοσκελή τρίγωνα, 1 παραλληλόγραμμο και 1 τετράγωνο.

Σκοπός του παιχνιδιού: Να φτιάξουμε μια φερούρα και με τα 7 κομμάτια.

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Το Tangram αποτελείται από 5 ισοσκελή τρίγωνα, ένα τετράγωνο και ένα παραλληλόγραμμο. Αφού επιλέξουμε ένα σχέδιο, προσπαθούμε να το φτιάξουμε χρησιμοποιώντας και τα 7 κομμάτια, με όποιο τρόπο θέλουμε. Αρχικά, μπορούμε να προσπαθήσουμε να τοποθετήσουμε και τα 7 γεωμετρικά σχήματα μέσα στο πλαίσιο.

Παρακάτω προτείνουμε μόνο μερικά από τις χιλιάδες φερούρες που μπορούμε να φτιάξουμε!

Indian	Prosper	Servus	Estimation	Cong	Zero
China	Football	Acrobate	Interrogation	Six	Un
Mandarin	Twinkler	Harper	Flirt	Sept	Deux
Cavalier	Dancer	Margate	Champion	Halt	Trois
Village	Blower	Dancer	Sun	Head	Quatre
For a prisoner	Sculptor	Bouge	Huckle	Faule	Koolin
Fiche	Chefite	Lampe	Pistol	Arson	Mare
Birds	Artist	Camel	Epe	Possette	Epile
Hilke	Coupe	Apprenti pâtre	Martian	Port	Trip
Marguer	Bul	Boogie	Sole	Bobine	Maison

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191

rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Κινέζικες μπαγκέτες



2 - 4 παίκτες



6 ετών +



5 mn

Ιστορικά στοιχεία

Παιχνίδι άγνωστης προέλευσης, εμπνευσμένο από το “Κινέζικο πιάτο”.

Υλικά: ένα πλατώ με 4 ζευγάρια μπαγκέτες στερεωμένες στο πλατώ και διάφορα πιόνια (βλ.φωτό)

Σκοπός του παιχνιδιού: Ο κάθε παίκτης να συγκεντρώσει πρώτος στην περιοχή του τα πιόνια του αντίστοιχου χρώματος.

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Κάθε παίκτης παίρνει θέση μπροστά σε μία γωνία του πλατώ και τις μπαγκέτες που βρίσκονται μπροστά του.

Στη συνέχεια πρέπει να προσπαθήσει να πιάσει τα πιόνια με τις μπαγκέτες και να τα μεταφέρει στην περιοχή του.

Όλοι οι παίκτες παίζουν συγχρόνως και νικητής είναι όποιος συγκεντρώσει πιο γρήγορα τα πιόνια του.

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



BARRICADES



2, 3 ή 4
παίκτες



6 ΕΤΩΝ +



30 mn +

Ιστορικά στοιχεία

Το παιχνίδι αυτό επινοήθηκε στη Γερμανία γύρω στο 1890.

Υλικά : το πλατώ του παιχνιδιού, 4 διαφορετικές σειρές από 5 πιόνια, 17 εμπόδια, 1 ζάρι.

Σκοπός του παιχνιδιού: να οδηγήσουμε ένα από τα πιόνια μας στο τελικό σημείο.

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Στην αρχή της παρτίδας όλα τα πιόνια είναι τοποθετημένα στην περιοχή τους (οι 4 ζώνες στη βάση του πλατώ) και τα 17 εμπόδια στην αρχική τους θέση (βλ. σχήμα). Οι παίκτες με τη σειρά τους ρίχνουν το ζάρι και μετακινούν ένα από τα πιόνια τους, ακολουθώντας τη διαδρομή που επιθυμούν.

Εάν φέρουν 6 ξαναπαίζουν.

Μπορούμε να περάσουμε πάνω από οποιοδήποτε πιόνι και αν φτάσουμε σε ένα σημείο κατειλημμένο από ένα αντίπαλο πιόνι το ξαναστέλνουμε στη ζώνη εκκίνησής του.

Τα εμπόδια

Δεν μπορούμε να περάσουμε πάνω από ένα εμπόδιο. Εάν όμως φτάσουμε μ'ένα πιόνι μας, φέρνοντας τον ακριβή αριθμό, σ'ένα σημείο όπου υπάρχει εμπόδιο, παίρνουμε τη θέση του και το τοποθετούμε σε όποιο σημείο του πλατώ θέλουμε, εκτός της πρώτης γραμμής.

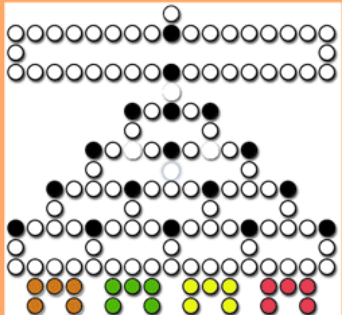
Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τα εμπόδια για να μπλοκάρουμε τους αντιπάλους και/ή να προστατέψουμε τα δικά μας πιόνια.

Το παιχνίδι τελειώνει όταν ένα πιόνι φτάνει στο τελικό σημείο, φέρνοντας τον ακριβή αριθμό.

Παίζοντας σε ομάδες

Οι παίκτες της ίδιας ομάδας παίρνουν θέση στην πρώτη και τρίτη ζώνη με τα πιόνια, ενώ οι άλλοι παίκτες στη δεύτερη και τέταρτη ζώνη.

Για να κερδίσει μια ομάδα αρκεί να φέρει ένα από τα πιόνια της στο τελικό σημείο νίκης.



ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών,

Εκπαιδευτικών &
Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Τυφλή τρίλιζα





2 παίκτες



6 ετών +



5 mn

Ιστορικά στοιχεία

Το ιδιαίτερο χαρακτηριστικό αυτού του παιχνιδιού άγνωστης προέλευσης αποτελεί η δημιουργία μιας τρίλιζας με κλειστά τα μάτια!
Ένα παιχνίδι που ενισχύει την αίσθηση της αφής και την οπτική μνήμη.

Υλικά: 1 επιφάνεια 9 τετραγώνων (3*3), 5 μπάλες λείες, 5 μπάλες τραχειές, 2 μάσκες

Σκοπός του παιχνιδιού: η δημιουργία μιας σειράς από 3 ίδιες μπάλες οριζοντίως, καθέτως ή διαγωνίως.

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Στην αρχή, τοποθετούμε τις 5 λείες μπάλες στη μια πλευρά του πλατώ και τις 5 τραχειές απέναντί τους (βλ.φωτό).
Επιλέγουμε τις μπάλες με τις οποίες θα παίξουμε, κλείνουμε τα μάτια ή φοράμε τις μάσκες και το παιχνίδι ξεκινά.
Κάθε παίκτης με τη σειρά του παίρνει μία από τις μπάλες του και την τοποθετεί σε ένα από τα άδεια τετράγωνα, προσπαθώντας να δημιουργήσει μια σειρά των τριών: οριζοντίως, καθέτως ή διαγωνίως.
Συγχρόνως, πρέπει να εμποδίσει τον αντίπαλό του να πραγματοποιήσει πρώτος μια τρίλιζα με τις δικές του μπάλες.
Προτού οι παίκτες επιλέξουν το τετράγωνο τοποθέτησης κάθε μπάλας προτείνεται το άγγιγμα - ψηλάφισμα του πλατώ, προκειμένου να «δουν» πώς είναι τοποθετημένες οι αντίπαλες μπάλες και να επιλέξουν έτσι την κίνησή τους.

Η παρτίδα τελειώνει
-όταν και οι 9 μπάλες έχουν τοποθετηθεί, ακόμα κι αν δεν υπάρχει νικητής (ισοπαλία).
-όταν ένας από τους δύο παίκτες κάνει μια τρίλιζα (νίκη).

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540
larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432
chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620
sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



CARROM





2-4 παίκτες



6 ετών +



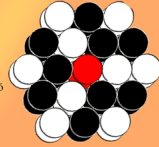
15-30 mn

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Ο κάθε παίκτης παίρνει μια θέση γύρω από το παιχνίδι. Οι παίκτες της ίδιας ομάδας κάθονται απέναντι. Εάν πρόκειται για 2 παίκτες, παίρνουν επίσης θέση ο ένας απέναντι στον άλλο. Στη συνέχεια τοποθετούμε τα πιόνια όπως φαίνεται στο σχήμα. Ο παίκτης που ξεκινά, παίρνει το άσπρο-ουδέτερο πόνι και το τοποθετεί σε όποιο σημείο θέλει, πάνω στη διαλή γραμμή που βρίσκεται μακριά του. Πρέπει λοιπόν, μετακινώντας το άσπρο πόνι, να σπάσει τον κύκλο (όπου είναι συγκεντρωμένα όλα τα πιόνια). Για να το μετακινήσουμε, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε διάφορες τεχνικές, όπως να το σπρώχνουμε με τον αντίχειρα, το δάκτυλο ή με το μαστίχιο μας δάχτυλο. Εάν δεν καταφέρουμε να βάλουμε κάποιο πόνι σε ένα από τα 4 τέρματα, συνεχίζει ο αντίπαλος που βρίσκεται στα αριστερά μας. Οι παίκτες αποφασίζουν ποια πιόνια θα έχει ο κάθε παίκτης-ομάδα (τα μαύρα ή τα άσπρα), μόλις καταφέρουν να βάλουν σε ένα τέρμα το πρώτο πόνι, π.χ. εάν το πρώτο πόνι που θα βάλει μέσα ένας παίκτης είναι μαύρο, παίρνει τα μαύρα πιόνια. Ο ίδιος παίκτης-ομάδα συνεχίζει να παίζει ακόμα και αν βάλει στο τέρμα ένα αντίπαλο πόνι. Το κόκκινο συμβολίζει τη βασιλέσσα. Πρέπει αποσπάζοντάς το να το βάλουμε μέσα πριν το τέλος της παρτίδας, αλλά έχουμε δικαίωμα να το χτυπήσουμε μετά το πρώτο πόνι, ποτέ στην αρχή. Εάν καταφέρουμε να βάλουμε στο τέρμα το κόκκινο πόνι, πρέπει να το «επικυρώσουμε», να βάλουμε δηλ., μέσα ένα δικό μας πόνι, αμέσως μετά. Εάν αποτύχουμε, η βασιλέσσα ξανατοποθετείται στον κύκλο, στο κέντρο του παιχνιδιού και είναι η σειρά του αντιπάλου μας να παίζει.

Υπάρχει μια ποιή όταν:
-το ουδέτερο πόνι μπαί σ' ένα τέρμα
-Εάν αποσπάζετε πόνι η το ουδέτερο θγουν εκτός πλάτο
-το ουδέτερο πόνι χτυπά αποθεθείς ένα πόνι που σπάζει τη διαλή γραμμή του παίκτη

Σ' αυτές τις τρεις περιπτώσεις ο παίκτης τοποθετεί στον κεντρικό κύκλο ένα από τα πιόνια που έχει ήδη κερδίσει και είναι η σειρά του αντιπάλου του να παίζει.



Ιστορικά στοιχεία

Η ιστορία του Carrom (ή caroms) καθώς και η προέλευσή του δεν είναι σαφείς. Το παιχνίδι αυτό παίζεται στην Ινδία, τη Βιρμανία και την Υεμένη τα τελευταία 100 χρόνια και πιθανολογείται ότι οι Αιγύπτιοι ή οι Αιθίοπες ήταν οι πρότοτοι που έπαιζαν μ' αυτό το είδος μπιλάρδου...τοίπη!

Σύμφωνα με μια άλλη εκδοχή, το Carrom προέρχεται από την Ινδία και το Νιζάμ, όπου παιζόταν στο έδαφος με μπίλιες. Στη συνέχεια προστέθηκε η ξύλινη επιφάνεια.

Είναι διαδοδόμενο σε διάφορες περιοχές, σε όλα τον κόσμο, γεγονός το οποίο οφείλεται στις μετακινήσεις και τις μεταναστεύσεις των Ινδών.

Το Carrom διαδόθηκε στη Δύση τη δεκαετία του '70 και λειτουργούν στις μέρες μας πολυάριθμοι σύλλογοι και λέσχες σε σχέση με αυτό.

Παρακάτω προτείνουμε τους επίσημους κανόνες του παιχνιδιού, χωρίς τη βαθμολογία.

Υλικά: 1 τετράγωνη επιφάνεια με 4 τέρματα - ένα σε κάθε γωνία, 9 πιόνια άσπρα, 9 μαύρα, 1 κόκκινο, 1 άσπρο-ουδέτερο με το οποίο χτυπάμε τα πιόνια

Σκοπός του παιχνιδιού: Ο κάθε παίκτης ή ομάδα να βάλουν πρότοτι στα τέρματα τα πιόνια του χρώματός τους.



Pachisi





2-4 παίκτες



6 ετών +



30 mn

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Τα πιόνια του κάθε παίκτη τοποθετούνται στη βάση του παιχνιδιού με το χρώμα που έχει επιλέξει.

Μαθαίνω στο παιχνίδι από το σημειωμένο μαύρο τετράγωνο, το τέταρτο στη σειρά του αζονά τους και προχωράνε με φορά ανάποδη από αυτή των δεικτών του ρολογιού.

Κάθε παίκτης με τη σειρά του βάζει στο παιχνίδι το πρώτο του πόνι φέρνοντας οποιοδήποτε ζαριά, στη συνέχεια όμως πρέπει να φέρουμε 6, 10 ή 25 για να προσθέσουμε ένα νέο πόνι.

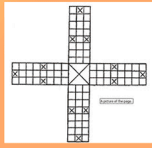
Εάν πέσουμε σε ένα τετράγωνο που είναι πιασμένο από ένα αντίπαλο πόνι το στέλνουμε πίσω στη βάση του και ξαναπαίζουμε.

Εάν σταματήσουμε σ' ένα τετράγωνο στο οποίο βρίσκεται ήδη ένα άλλο πόνι μας, τότε μπορούμε να τα συσχετίσουμε και να μετακινήσουμε και τα 2 συγχρόνως. Μπορούμε να κάνουμε το ίδιο με 3 ή 4 πιόνια. Μια τέτοια ομάδα από πιόνια μπορεί να πιαστεί μόνο από μία άλλη ισάριθμη ή με περισσότερα πιόνια.

Τα μαύρα τετράγωνα (σημειωμένα με Χ στον πίνακα) είναι ένα είδος καταφύγιο για τα πιόνια και μπορούν να φυλοξενούν στον ίδιο γύρο περισσότερα από ένα. Όταν ένα πόνι ολοκληρώσει το γύρο του παιχνιδιού, πρέπει ν' ανεβεί την κεντρική κολόνα του αζονά του για να τερματίσει στο κεντρικό τετράγωνο, φέρνοντας ακριβώς τον αριθμό που απαιτείται.

Η παρτίδα τελειώνει όταν ένας παίκτης κατορθώσει να οδηγήσει στο κέντρο του παιχνιδιού και τα 4 πιόνια του.

Ευέλεια μετρες πλευρές	Βαθμο λογία
0	25
1	10
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6



Ιστορικά στοιχεία

Το Pachisi είναι ένα ινδικό παιχνίδι διαδρομής, το οποίο ήταν ήδη γνωστό τον 6ο αιώνα και παίζεται μέχρι και σήμερα στην Ινδία. Η λέξη Pachisi σημαίνει 25: κάθε αζονά του παιχνιδιού αποτελείται από 24 τετράγωνα τα οποία οδηγούν στο κεντρικό, το 25ο. 25 είναι και η μεγαλύτερη "ζαριά" που μπορούμε να φέρουμε.

Σύμφωνα με τη συμβολική διάσταση που του αποδίδεται, ο άνθρωπος (το πόνι) γεννιέται στο κέντρο του κόσμου (κεντρικό τετράγωνο του πλάτο) και πραγματοποιεί μια διαδρομή προς όλες τις κατευθύνσεις του: βορρά, νότο, ανατολή και δύση. Εάν είναι καταρμένος κι έχει κακή τύχη, παθαίνει. Θα πρέπει λοιπόν να μετενσαρκωθεί, προκειμένου να φτάσει στον απόλυτο σκοπό του.

Το pachisi είναι γνωστό επίσης με τις ονομασίες Ludo (Αγγλία), Parchessi (ΗΠΑ), jeu des petits chevaux (Γαλλία). Στην Ελλάδα είναι γνωστό με το όνομα Γ κρινιάρης.

Υλικά: ένα πλάτο σε σχήμα σταυρού με 24 τετράγωνα σε κάθε αζονά του (3 σειρές από 8 τετράγωνα) και το κεντρικό τετράγωνο, 4 σειρές από 4 πιόνια για κάθε παίκτη, 6 ξυλάκια δύο όψεων (για ζαριά). Μπορούμε επίσης να χρησιμοποιήσουμε κέρματα ή κοχύλια.

Σκοπός του παιχνιδιού: Να ολοκληρώσουμε πρώτοι τη διαδρομή οδηγώντας όλα μας τα πιόνια στο κεντρικό τετράγωνο του πλάτο.

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19

Τηλ.-Φαξ:

2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169

Τηλ.:2410233332,

Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73

Τηλ.-Φαξ:

2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότης 57

Τηλ.-Φαξ:

2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών,

Εκπαιδευτικών &

Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισα

Τηλ.-Φαξ: 2495061191

rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Κινέζικες Ντάμες




2-6 παίκτες

6 ετών +

30 mn

Ιστορικά στοιχεία

Οι Κινέζικες Ντάμες παίζονται στην Κίνα με την ονομασία Tiao-Qi. Θεωρείται ότι έμπνευση για τη δημιουργία τους αποτέλεσε το παιχνίδι με την ελληνική ονομασία “Άλμα”, το οποίο εμφανίστηκε το 19ο αιώνα στην Αγγλία. Μπορούμε να παρατηρήσουμε τη μεγάλη δημοτικότητα του παιχνιδιού Άλμα στην Αγγλία, σ’ ένα απόσπασμα του George Bernard Shaw, ο οποίος έγραψε το 1898 : “ο Άγγλος κάθεται στο σπίτι του, με την οικογένειά του, ήσυχα μ’ ένα βιβλίο, ένα κομμάτι χαρτί ή παίζοντας Άλμα”.

Υλικά: 1 επιφάνεια σε σχήμα άστρου με 6 τρίγωνα, 121 σημεία συνολικά, 6 διαφορετικές σειρές από 10 πόνια

Σκοπός του παιχνιδιού: Ο κάθε παίκτης να περάσει πρώτος τα πόνια του στην απέναντι περιοχή

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Για 2 παίκτες, ο καθένας παίρνει 1, 2, ή 3 ομάδες.

Για 3 παίκτες, ο καθένας παίρνει 1 ή 2 ομάδες.

Για 4 παίκτες, ο καθένας παίρνει 1 ομάδα και πρέπει να παίζει στην περιοχή που βρίσκεται μπροστά του.

Για 6 παίκτες, ο καθένας παίρνει 1 ομάδα.

Κάθε παίκτης μετακινεί με τη σειρά του ένα από τα πόνια του, κάνοντας μία από τις εξής κινήσεις:

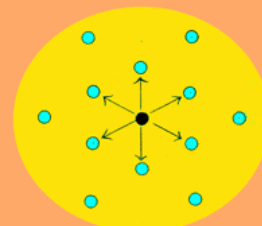
-προχωρώντας ανά ένα σημείο ένα πόνι προς μία από τις έξι δυνατές κατευθύνσεις (όπως φαίνεται στο σχήμα), εφ’ όσον το επόμενο σημείο είναι ελεύθερο.

-υπερπηδώντας ένα πόνι με το ίδιο ή διαφορετικό χρώμα, εάν το επόμενο σημείο είναι ελεύθερο.

Τα «πηδηματάκια» μπορεί να είναι διαδοχικά.

Κατά τη διάρκεια ενός γύρου, ένα πόνι μπορεί να περάσει από την περιοχή των άλλων παικτών, αλλά δεν επιτρέπεται να σταματήσει.

Ο παίκτης που θα περάσει πρώτος τα 10 πόνια του στην απέναντι περιοχή, κερδίζει την παρτίδα.



ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19

Τηλ.-Φαξ:

2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169

Τηλ.:2410233332,

Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73

Τηλ.-Φαξ:

2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57

Τηλ.-Φαξ:

2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών,

Εκπαιδευτικών &

Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας

Τηλ.-Φαξ: 2495061191

rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



L GAME



2 παίκτες



8 ετών +



10 mn

Ιστορικά στοιχεία

Το παιχνίδι αυτό επινόησε ο Edward de Bono και κυκλοφόρησε στις Ηνωμένες Πολιτείες το 1972 από τη Rex Games.

Ένα πραγματικά ενδιαφέρον παιχνίδι αντίληψης του χώρου και ιδιαίτερα ξεχωριστό καθώς κάθε παίκτης διαθέτει ένα μόνο πόνι.

Υλικά: Μία επιφάνεια 16 τετραγώνων (4*4), 2 πόνια L: 1 κίτρινο, 1 μπλε, 2 πόνια κόκκινα

Σκοπός του παιχνιδιού: Το μπλοκάρισμα του αντίπαλου L

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Τα πόνια αρχικά τοποθετούνται όπως στο σχήμα.

Ο ένας παίκτης έχει το μπλε L και ο αντίπαλός του το κίτρινο.

Τα 2 κόκκινα πόνια είναι ουδέτερα και μπορούν να χρησιμοποιηθούν και από τους 2 παίκτες.

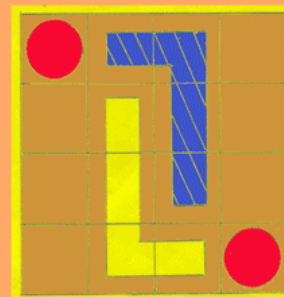
Το κάθε L καταλαμβάνει 4 τετράγωνα στη συνολική επιφάνεια του παιχνιδιού.

Ο κάθε παίκτης με τη σειρά του πρέπει πρώτα να μετακινήσει το δικό του L:

μπορεί να το σηκώσει ή να το γυρίσει, αλλά επιτρέπεται να το τοποθετήσει μόνο στα τράγωνα που είναι ελεύθερα και πρέπει υποχρεωτικά να το μετακινήσει σε ένα τουλάχιστον καινούργιο τετράγωνο.

Στη συνέχεια μπορεί, αν θέλει, να μετακινήσει το ένα ή και τα δύο κόκκινα πόνια, σε όποια τετράγωνα επιθυμεί.

Το παιχνίδι τελειώνει όταν ο ένας από τους παίκτες δεν μπορεί πια να μετακινήσει το δικό του L, οπότε και χάνει την παρτίδα.



ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540
larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432
chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620
sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



ΡΥΛΥC



2 παίκτες



6 ετών +



10 mn

Ιστορικά στοιχεία

Το Puluc είναι ένα παιχνίδι των ινδιάνων Ketchis, οι οποίοι ζουν στα υψίπεδα της Γουατεμάλα. Σύμφωνα με την ινδιάνικη παράδοση, παίζεται στο έδαφος χρησιμοποιώντας σπόρους από καλαμπόκι.

Υλικά: μια ορθογώνια επιφάνεια χωρισμένη σε 11 γραμμές-ζώνες, 10 πιόνια 2 διαφορετικών χρωμάτων, 5 ζάρια 2 όψεων (ξυλάκια, νομίσματα...)

Σκοπός του παιχνιδιού: να βγάλουμε εκτός παιχνιδιού όλα τα αντίπαλα πιόνια

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Οι παίκτες τοποθετούν τα 5 πιόνια τους στο χωριό τους, ρίχνουν με τη σειρά τους τα ξυλάκια και μετακινούν ένα πιόνι τους ανάλογα με τις "ζαριές" που φέρνουν.

Κοιτάζετε τον πίνακα για τις αντιστοιχίες (με βάση τη μαύρη πλευρά που έχουν τα ξυλάκια).

Και οι 2 παίκτες κατευθύνονται προς το αντίπαλο χωριό.

Στο δεύτερο γύρο, οι παίκτες μπορούν να εντάξουν στο παιχνίδι ένα άλλο πιόνι, ή να προχωρήσουν το ήδη υπάρχον.

Ένα πιόνι δεν επιτρέπεται να σταματήσει σε μια γραμμή-ζώνη όπου βρίσκεται ήδη ένα άλλο πιόνι του ίδιου χρώματος.

Εάν όμως φτάσει σε μια ζώνη όπου υπάρχει ένα αντίπαλο πιόνι το αιχμαλωτίζει και τοποθετείται από πάνω του. Έτσι συνεχίζει τη διαδρομή του με τον αιχμάλωτό του.

Ο αντίπαλος όμως με τη σειρά του μπορεί να φτάσει μ' ένα άλλο πιόνι του και να αιχμαλωτίσει αυτή τη στίβα, τοποθετώντας το πιόνι του στην κορυφή της.

Όταν τα πιόνια φτάνουν στην τελευταία ζώνη του αντίπαλου χωριού ξανατοποθετούνται στο χωριό τους και συνεχίζουν το παιχνίδι, ενώ οι αιχμάλωτοι βγαίνουν εκτός.

Δε χρειάζεται να φέρουμε τον ακριβή αριθμό για να επιστρέψουμε στη βάση μας.

αριθμός μαύρων πλευρών	αντιστοιχία
0	1
1	2
2	4
3	3
4	5

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας





2-4 παίκτες



6 ετών +



15 mn

Ιστορικά στοιχεία

Το Quoridor επινοήθηκε το 1997 από τον Mirko Marchesi και κυκλοφορεί από τη Gigamic. Η φιλοσοφία του είναι συναφής με αυτή ενός παιχνιδιού της δεκαετίας του '70 του "cul de sac", γνωστού επίσης και με την ονομασία "blockade".

Υλικά: Μία τετράγωνη επιφάνεια χωρισμένη σε 81 τετράγωνα (9*9), 4 διαφορετικά πιόνια, 20 εμπόδια

Σκοπός του παιχνιδιού: Να φτάσει ο κάθε παίκτης πρώτος με το πιόνι του στη γραμμή εκκίνησης του αντιπάλου του.

Εξέλιξη του παιχνιδιού

- Αρχική κατάσταση:
2 παίκτες-2 πιόνια, 10 εμπόδια για τον καθένα/ 4 παίκτες-4 πιόνια, 5 εμπόδια για κάθε παίκτη.

Ο κάθε παίκτης τοποθετεί το πιόνι του στο κέντρο της πρώτης γραμμής που βρίσκεται στην πλευρά του.

Με τη σειρά τους οι παίκτες ή μετακινούν το πιόνι τους ή τοποθετούν ένα εμπόδιο. Εάν δεν έχουν άλλα εμπόδια είναι υποχρεωμένοι να κινήσουν το πιόνι τους.

Τα πιόνια μετακινούνται οριζοντίως ή καθέτως, μπρος, πίσω ή πλαγίως, σε ένα κάθε φορά τετράγωνο.

Τα εμπόδια πρέπει να καταλαμβάνουν τη θέση 2 τετραγώνων. Δεν μπορούμε να τα μετακινήσουμε από τη θέση στην οποία τα έχουμε τοποθετήσει. Τα χρησιμοποιούμε είτε για να φτιάξουμε το δικό μας μονοπάτι, είτε για να καθυστερήσουμε τον αντίπαλο, θα πρέπει όμως πάντα να αφήνουμε ένα πέρασμα που θα του επιτρέπει την πρόσβαση στη γραμμή εκκίνησης (απαγορεύεται να τον μπλοκάρουμε τελείως).

Ένα πιόνι μπορεί να περάσει επάνω από ένα άλλο, εφ' όσον βρεθούν το ένα απέναντι στο άλλο σε δύο γειτονικά τετράγωνα που δε χωρίζονται από κάποιο εμπόδιο. Ο παίκτης του οποίου είναι η σειρά να παίξει πηδά με το πιόνι του το αντίπαλο και το τοποθετεί από πίσω του. Εάν πίσω από το αντίπαλο πιόνι βρίσκεται ένα εμπόδιο, μπορεί να το τοποθετήσει δεξιά ή αριστερά του.

Νικητής είναι ο παίκτης που φτάνει πρώτος στη γραμμή εκκίνησης του αντιπάλου.



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



ΣΤΟΥΚ



2 - 4 παίκτες



6 ετών +



5 mn

Ιστορικά στοιχεία

Το παιχνίδι αυτό το επινόησε ο Vincent Houis, μέλος της οργάνωσης Kaloumba, το 2002. Ανήκει στην ίδια κατηγορία παιχνιδιών με το Paletos και το Carrom. Το Stouk κέρδισε το βραβείο Ludexpro το 2003 και πήρε το χάλκινο μετάλλιο στο διαγωνισμό Lepine το 2005.

Υλικά: μια τετράγωνη κατασκευή με 4 τέρματα, 4 επικρουστήρες (stoukis), 3 πιόνια άσπρα, 2 μαύρα, 1 κόκκινο

Σκοπός του παιχνιδιού: Η χαμηλότερη τελική βαθμολογία

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Για 4 παίκτες:

Η επιφάνεια του Stouk είναι χωρισμένη σε 4 περιοχές. Κάθε παίκτης καταλαμβάνει μία ζώνη της – περιοχή. Έχει το δικαίωμα να μετακινηθεί μόνο μέσα στη ζώνη του και κανείς δεν επιτρέπεται να μπει μέσα στον κύκλο του κέντρου. Τοποθετούμε τα πιόνια στο κέντρο σε στίβα, με το κόκκινο στη βάση και τα υπόλοιπα εναλλάξ. Ο παίκτης που ξεκινά την παρτίδα παίζει με το πρώτο άσπρο πiónι, το οποίο τοποθετεί στον μαύρο κύκλο της ζώνης του. Πρέπει λοιπόν να χτυπήσει το πiónι του με το stouki, επιλέγοντας να σημαδεύσει έναν αντίπαλο στόχο ή τα πιόνια που είναι συγκεντρωμένα στο κέντρο. Όλοι πρέπει να υπερασπιστούν τα δικά τους τέρματα και να προσπαθήσουν να οδηγήσουν τα πιόνια που βρίσκονται στην περιοχή τους σε αυτά των αντιπάλων. Εάν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού κανένας παίκτης δεν έχει άλλα πιόνια στην περιοχή του, τότε ο παίκτης που μόλις έχασε παίρνει ένα πiónι από το κέντρο και ξαναρχίζει. Πρέπει κάθε φορά να παίρνουμε το πιο αδύναμο πiónι.

Η παρτίδα τελειώνει όταν όλα τα πιόνια έχουν μπει στα τέρματα.

Στη συνέχεια οι παίκτες μετρούν τους βαθμούς τους :

-**άσπρο** πiónι: 1 βαθμός, **μαύρο**: 2 βαθμοί, **κόκκινο**: 5 βαθμοί.

Ο παίκτης που έχει τη χαμηλότερη βαθμολογία κερδίζει την παρτίδα.

Για 2 παίκτες :

Κάθε παίκτης καταλαμβάνει μία περιοχή με 2 τέρματα αλλά 1 stouki.

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



2 παίκτες



6 ετών +



5 mn

Ιστορικά στοιχεία

Το Tico προέρχεται από τη Γαλλία. Είναι γνωστό επίσης με τις ονομασίες maxi flitzer και pass trap.

Υλικά: μια ορθογώνια κατασκευή με ένα ελαστικό σχοινί σε κάθε πλευρά της και μια ενδιάμεση γέφυρα, 10 στρογγυλά πιόνια ίδιας διαμέτρου με αυτή της γέφυρας.

Σκοπός του παιχνιδιού: Ο κάθε παίκτης να περάσει όλα τα πιόνια που βρίσκονται στην περιοχή του στην περιοχή του αντιπάλου του.

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Οι παίκτες έχουν 5 πιόνια στην περιοχή τους.

Η παρτίδα ξεκινά όταν και οι δύο παίκτες είναι έτοιμοι.

Σκοπός είναι να περάσουν τα πιόνια κάτω από τη γέφυρα και στην απέναντι πλευρά, δίνοντας ώθηση με το λάστιχο.

Εάν ένα πιόνι βγει από το παιχνίδι ή περάσει πάνω από τη γέφυρα, το παιχνίδι διακόπτεται.

Οι παίκτες παίζουν συγχρόνως και ο πρώτος που θα καταφέρει να περάσει τα πιόνια του στην αντίπαλη περιοχή κερδίζει.

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540
larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432
chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620
sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

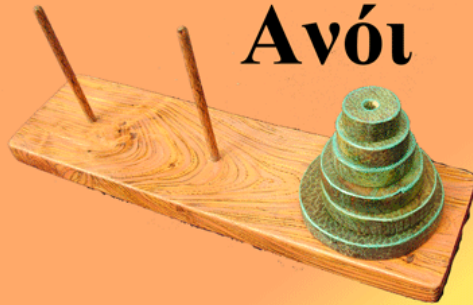
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Ο πύργος του Ανόι




1 παίκτης

7 ετών +

10 mn

Ιστορικά στοιχεία

Το παιχνίδι αυτό είναι μια σπαζοκεφαλιά η οποία επινοήθηκε το 1883 στη Γαλλία από τον μαθηματικό Edouard Lucas.

Συνίσταται στη μεταφορά δίσκων διαφορετικής διαμέτρου από μια “αρχική” στήλη σε μια “τελική”, περνώντας από μία “ενδιάμεση”.

Έμπνευση για τη δημιουργία του αποτέλεσε μια ιστορία των ινδουιστών, σύμφωνα με την οποία οι βραχμάνοι έπαιζαν ένα παρόμοιο παιχνίδι με 64 δίσκους από χρυσό και διαμάντια. Το Ανόι (Hà Nội) είναι η πρωτεύουσα του Βιετνάμ και σημαίνει *Η πόλη πέρα από το ποτάμι*, (αναφορά στον ποταμό Χόγκχα).

Υλικά: 3 στήλες, 6 δίσκοι διαφορετικής διαμέτρου (βλ.φωτό)

Σκοπός του παιχνιδιού: η μεταφορά των 6 δίσκων στην απέναντι στήλη

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Αρχικά μπορούμε να τοποθετήσουμε τους 6 δίσκους με διαφορετικούς τρόπους: είτε όλους στην ίδια στήλη, είτε σε 2 ή 3, αλλά πάντοτε με σειρά *από τον μεγαλύτερο προς τον μικρότερο*.

Στη συνέχεια επιλέγουμε τη στήλη στην οποία θέλουμε να συγκεντρώσουμε τους δίσκους. Μπορούμε να μετακινούμε μόνο *ένα δίσκο κάθε φορά* και συγκεκριμένα αυτόν που βρίσκεται στην κορυφή κάθε στήλης και να τον τοποθετούμε σε μια άδεια στήλη ή στην κορυφή μιας άλλης, προσέχοντας πάντα να φτιάχνουμε τις στήλες μας ξεκινώντας από τον μεγαλύτερο και καταλήγοντας στον μικρότερο δίσκο.

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



ΣΤΟΜΑΧΙΟΝ





1 παίκτης



8 ετών +



15 mn +

Ιστορικά στοιχεία

Στομάχιον είναι το όνομα μιας πραγματείας του Αρχιμήδη (περίπου 287-212 π.Χ.) η οποία έχει άμεση σχέση μ' ένα ομώνυμο παιχνίδι αποτελούμενο από 14 επίπεδα πολυγωνικά κομμάτια από ελεφαντοστό.

Αρχικά τα κομμάτια σχηματίζουν τετράγωνο και αντικείμενο του παιχνιδιού είναι η αναδιάταξή τους προκειμένου να σχηματιστούν διάφορες φιγούρες.

Άλλα ονόματα που έχουν προταθεί για το παιχνίδι είναι τα:

- στομάχιον, παρακείμενος στη μάχη, κατά κάποιο τρόπο, με τα κομμάτια ελεφαντοστού για τη δημιουργία των φιγούρων.
- Αρχιμήδειο κουτί (loculus Archimedeus) σύμφωνα με τις λατινικές πηγές, χωρίς όμως αυτό να σημαίνει πως ήταν επινοήση του Αρχιμήδη. Ο χαρακτηρισμός "Αρχιμήδειο" δηλώνει ότι το παιχνίδι ήταν αρκετά δύσκολο και απαιτούσε ιδιαίτερη ευφυΐα, αλλά και το γεγονός ότι ο Αρχιμήδης ασχολήθηκε με το παιχνίδι από μαθηματική σκοπιά.

Πηγή: Καταμάνης Κ. "Από το Στομάχιον του Αρχιμήδη στο θεωρήμα του Pick. Μια ιστορική διαδρομή και διδακτικές προεκτάσεις", Αθήνα, 2010.

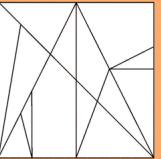
Υλικά: ένα τετράγωνο διαμεμένο σε 14 επίπεδα πολυγωνικά κομμάτια.

Σκοπός του παιχνιδιού: Να σχηματίσουμε το τετράγωνο με όλα τα κομμάτια και/ή να φτιάξουμε τις προτεινόμενες φιγούρες χρησιμοποιώντας και τα 14 κομμάτια

Εξέλιξη του παιχνιδιού

Αρχικά, μπορούμε να προσπαθήσουμε να τοποθετήσουμε και τα 14 γεωμετρικά σχήματα μέσα στο πλαίσιο.

Στη συνέχεια, αφού επιλέξουμε μια φιγούρα, προσπαθούμε να την αναπαράσουμε χρησιμοποιώντας και τα 14 κομμάτια, με όποιο τρόπο θέλουμε.



Φωτογραφίες από προηγούμενα εργαστήρια



ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



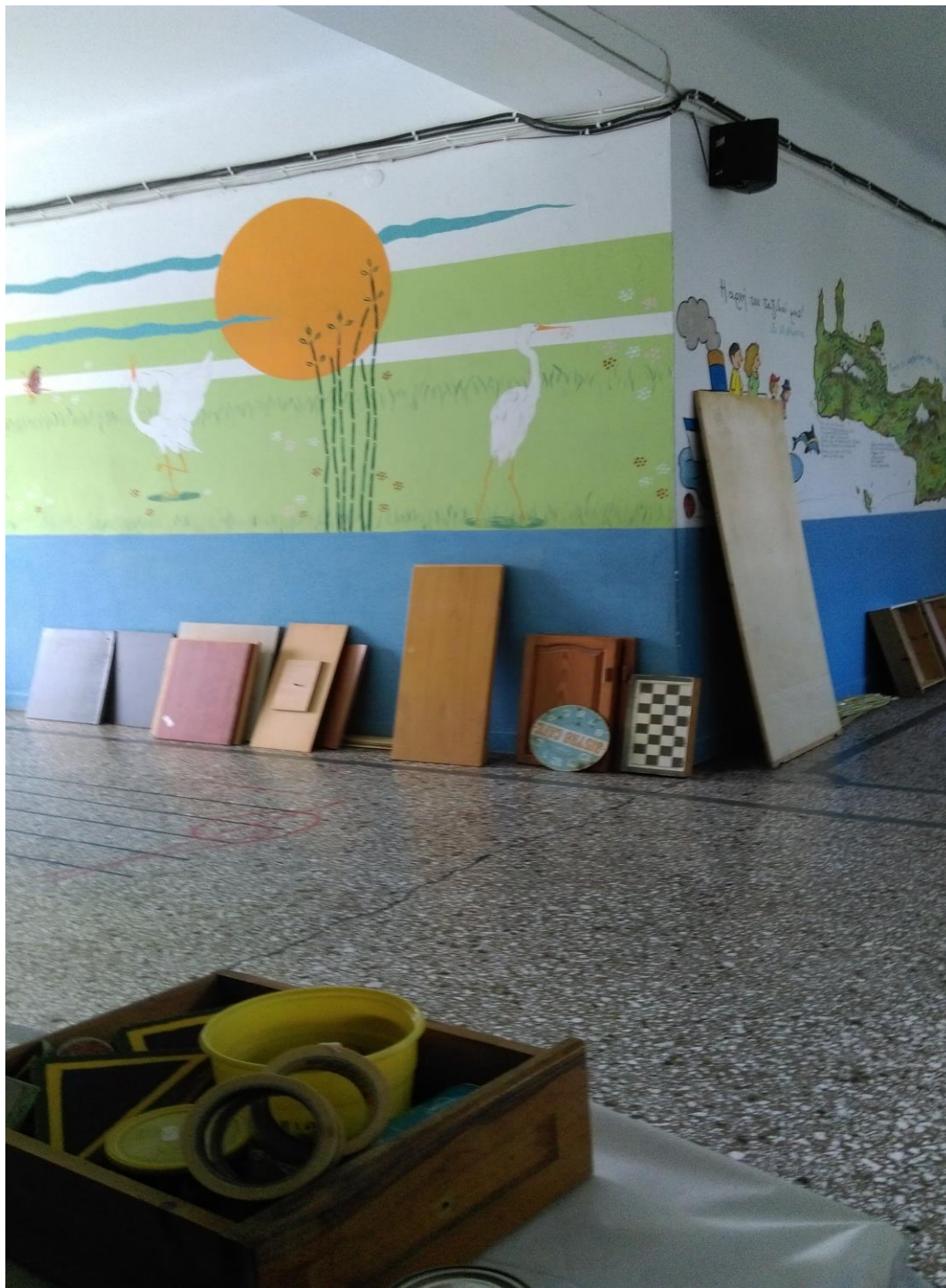
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Στήσιμο εργαστηρίου

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Στήσιμο εργαστηρίου

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191

rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Κοπή επιφανειών



Σχεδιασμός και βάψιμο επιφανειών

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Τρίψιμο της επιφάνειας του παιχνιδιού με γυαλόχαρτο



Σχεδιασμός των παιχνιδιών

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Βάψιμο παιχνιδιών

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8

thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540

larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432

chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620

sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ

www.selfhelp.gr

Με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας



Ολοκλήρωση των παιχνιδιών

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Οδυσσέως 19
Τηλ.-Φαξ:
2310500477-8
thessaloniki@selfhelp.gr

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρώων Πολυτεχνείου 169
Τηλ.:2410233332,
Φαξ:2410555540
larisa@selfhelp.gr

ΧΑΝΙΑ

Τσουδερών 73
Τηλ.-Φαξ:
2821023432
chania@selfhelp.gr

ΣΗΤΕΙΑ

Μ. Καταπότη 57
Τηλ.-Φαξ:
2843029620
sitia@selfhelp.gr

Πρόγραμμα Ενταξιακών, Εκπαιδευτικών & Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Ραψάνη Λάρισας
Τηλ.-Φαξ: 2495061191
rapsani@selfhelp.gr