

1ο ΓΕΛ ΦΙΛΙΠΠΙΑΔΑΣ

Ερευνητική εργασία (Project) Α΄ Λυκείου

ΘΕΜΑ: ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΕΞΟΔΟ ΤΩΝ ΝΕΩΝ



B' Τετράμηνο

Ιανουάριος – Μάιος 2014

ΤΑ ΟΝΟΜΑΤΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΑΝ ΣΤΟ PROJECT

ΟΜΑΔΑ 1: ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ

ΓΚΑΡΤΖΩΝΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ
ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΠΕΤΣΟΥΚΗ ΝΑΤΑΛΙΑ
ΦΛΩΡΟΥ ΝΕΦΕΛΗ

ΟΜΑΔΑ 2: ΣΞΕΟΥΑΛΙΚΕΣ ΕΠΙΘΕΣΕΙΣ

ΡΕΝΤΖΟΥ ΑΡΙΣΤΕΑ
ΣΑΟΥΓΚΟΥ ΛΥΔΙΑ
ΣΙΑΦΑΚΑ ΛΑΜΠΡΙΝΗ
ΤΑΓΚΑ ΕΛΕΑΝΝΑ

ΟΜΑΔΑ 3: ΕΝΤΑΣΗ ΗΧΟΥ

ΚΑΡΑΤΤΑΝΟΥ ΜΑΡΙΝΑ
ΚΥΡΚΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ
ΚΩΣΤΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ
ΤΣΟΚΑΚΤΣΗΣ ΔΑΝΙΗΛ

ΟΜΑΔΑ 4: ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΝΕΟΙ

ΑΝΑΓΝΩΣΤΑΚΗ ΕΥΤΥΧΙΑ
ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΗ ΒΑΣΙΛΙΝΑ
ΛΟΥΤΣΑΡΗ ΣΤΕΛΛΑ
ΤΡΙΑΝΤΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΜΑΝΤΖΙΟΥ (ΠΕ 02)

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στα πλαίσια του μαθήματος της ερευνητικής εργασίας της Α΄ Λυκείου κατά το α΄ στάδιο του «προβληματισμού ή σχεδιασμού» (planning) οι μαθητές διαμόρφωσαν το θέμα θέτοντας προς διερεύνηση τα παρακάτω **ερευνητικά ερωτήματα**:

- Η συχνότητα των νυχτερινών εξόδων εφήβων και νέων
- Ο συσχετισμός των νυχτερινών εξόδων με τον εθισμό σε εξαρτησιογόνες ουσίες
- Ο κίνδυνος των σεξουαλικών επιθέσεων
- Η ένταση του ήχου στα νυχτερινά κέντρα διασκέδασης και οι επιπτώσεις της στην υγεία των νέων
- Η κατανάλωση αλκοόλ από τους εφήβους

Επιπλέον καθόρισαν ως **στόχους** του ερευνητικού προγράμματος τους παρακάτω:

- να ενημερωθούν οι μαθητές για τους κινδύνους που διατρέχουν κατά τις νυχτερινές τους εξόδους
- να εξετάσουν σε βάθος τις παραμέτρους συγκεκριμένων κινδύνων (όπως αυτές επελέγησαν από τις ομάδες)
- να γνωρίσουν τις βλαβερές παρενέργειές τους, να ενημερωθούν για τρόπους προφύλαξης ή αντιμετώπισης των κινδύνων

A.1 ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ

Εξαρτησιογόνος ουσία είναι κάθε φυσική , ή συνθετική ουσία που επιδρά στο Κεντρικό Νευρικό Σύστημα (Κ.Ν.Σ.), και που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να αλλάξει κάποιο άτομο τη διάθεσή του. Οι εξαρτησιογόνες ουσίες προκαλούν αλλαγή στη φυσιολογία του οργανισμού δρώντας στα νευρικά κύτταρα του εγκεφάλου.

Διαφορά ανάμεσα στην περιστασιακή χρήση και την εξάρτηση

Περιστασιακή χρήση κάνουμε σχεδόν όλοι μας για διάφορους λόγους. Για παράδειγμα οι περισσότεροι ενήλικες χρησιμοποιούν συνήθως νόμιμες ουσίες σε διάφορες κοινωνικές εκδηλώσεις. Αντίστοιχα οι νέοι θέλοντας κάποιες φορές να αποκτήσουν καινούριες εμπειρίες ή πιθανόν να προκαλέσουν, μπορεί να κάνουν περιστασιακή χρήση νόμιμων ή και παράνομων ουσιών. Αυτή όμως η περιστασιακή χρήση δε σημαίνει αυτόματα ότι υπάρχει εξάρτηση από την ουσία.

Το όριο βρίσκεται στο κατά πόσο κανείς μπορεί να επιλέξει που και πότε θα κάνει χρήση μιας ουσίας ή εάν έχει απόλυτη ανάγκη την ουσία και δεν μπορεί να αντιμετωπίσει τη ζωή του χωρίς αυτήν.



A.2 ΕΙΔΗ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ

Ινδική Κάνναβη (μαριχουάνα-χασίς)

Λεξιλόγιο "πιάτσας": χόρτο, γκρας, μαύρο/η, φούντα, λιβάνι, κ.ά.

Επηρεάζει τη μνήμη, την κρίση, την αντίληψη και σχετίζεται με κάποια είδη καρκίνου καθώς και με διαταραχές στο αναπνευστικό, ανοσοποιητικό και γεννητικό σύστημα.

Έκσταση (MDMA)

Λεξιλόγιο "πιάτσας": Adam, κουμπιά, λευκά περιστέρια, ντίσκο μπέργκερς, νεοϋορκέζοι κ.ά. Η μακροχρόνια χρήση καταστρέφει περιοχές του εγκεφάλου σημαντικές για τη μνήμη και τη σκέψη.

Κοκαΐνη

Λεξιλόγιο "πιάτσας": αναψυκτικό, κοκό, κόκα.

Η δράση της κοκαΐνης εξαρτάται από τη συναισθηματική φόρτιση του ατόμου και από τη δόση. Η αρχική ευφορία παραχωρεί τη θέση της σε μια κατάσταση δυσφορίας, ευερεθιστότητας και ανησυχίας, που μπορεί να οδηγήσει σε υπερεθισμό, τοξική ψύχωση, παράνοια, σύγχυση, υπερευαισθησία και ψευδαισθήσεις.

Παραισθησιογόνα (LSD, Magic Mushrooms, Peyote, P.C.P.)

Τα παραισθησιογόνα είναι μια σειρά από ουσίες που έχουν την ιδιότητα να διαταράσσουν τον ψυχικό κόσμο του ατόμου και να προκαλούν αντιληπτικές διαταραχές όπως οπτικές και ακουστικές παραισθήσεις.

LSD (Lysergic Acid Diethylamide)

Το LSD είναι η πιο γνωστή παραισθησιογόνος ουσία. Κυκλοφορεί σε μορφή χαπιών, κάψουλας, κύβων ζάχαρης, στυπόχαρτου ή και σε αυτοκόλλητα με σχέδια που διαφοροποιούν το είδος τους.

Καπνός

Ο καπνός προέρχεται από τα αποξηραμένα φύλλα του φυτού *nicotiana tabacum*, το οποίο φύεται σε πολλά μέρη του κόσμου και στην Ελλάδα. Συνήθως ο καπνός βρίσκεται σε μορφή τσιγάρου και πούρου, αλλά κυκλοφορεί και στη φυσική του μορφή για πίπα ή για στρίψιμο τσιγάρου στο χέρι. Υπάρχει επίσης και καπνός για μάσηση. Ο καπνός περιέχει πάνω από 1200 διαφορετικές χημικές ουσίες, 5% των οποίων είναι το μονοξειδίο του άνθρακα. Περιέχει επίσης πίσσα και νικοτίνη.

Ηρεμιστικά

Τα ηρεμιστικά είναι χημικές φαρμακευτικές ουσίες που χορηγούνται με ιατρική συνταγή σε άτομα που έχουν προβλήματα άγχους και αϋπνίας.

Τα ηρεμιστικά χωρίζονται σε δύο κατηγορίες:

- τα μείζονα ηρεμιστικά, που χρησιμοποιούνται στην αντιμετώπιση σοβαρών ψυχιατρικών περιπτώσεων, και
- τα ελάσσονα ηρεμιστικά, που χρησιμοποιούνται για την καταπολέμηση του άγχους και του στρες ή σε περιπτώσεις αϋπνίας.

Οι ουσίες αυτές ελαττώνουν τη νοητική λειτουργία. Σε μεγαλύτερες δόσεις τα ηρεμιστικά προκαλούν υπνηλία. Σε πολύ μεγάλες δόσεις οδηγούν σε κώμα και στο θάνατο.

A.3 ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ- ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

ΑΝΟΧΗ ΚΑΙ ΕΞΑΡΤΗΣΗ

Ο οργανισμός του ατόμου μπορεί να αναπτύξει ανοχή σε μια εξαρτησιογόνο ουσία, ενώ όλες οι ουσίες αυτές προκαλούν - όπως δείχνει και ο όρος εξαρτησιογόνες- σωματική και ψυχική ή μόνο ψυχική εξάρτηση .

Ανοχή

Είναι το φαινόμενο που παρουσιάζεται μετά από κάποιο διάστημα συστηματικής χρήσης μίας εξαρτησιογόνου ουσίας. Το διάστημα αυτό ποικίλλει ανάλογα με την ουσία, τον τρόπο χρήσης, την ταυτόχρονη χρήση και άλλων ουσιών, το μεταβολισμό του κάθε ατόμου.

Πρόκειται για την ανάγκη αύξησης της δόσης της ουσίας προκειμένου ο χρήστης να έχει τα ίδια αποτελέσματα ή την εμφάνιση στερητικών συμπτωμάτων όταν διατηρείται σταθερή η δόση (πολύ σύνηθες φαινόμενο με τους χρήστες διεγερτικών ουσιών).

Εξάρτηση

Είναι η συνεχής ανάγκη για τη χρήση μιας ουσίας. Η εξάρτηση μπορεί να είναι:

- **Σωματική:** όταν ο οργανισμός του χρήστη μιας ουσίας δεν μπορεί να λειτουργήσει φυσιολογικά χωρίς την ουσία αυτή, και
- **Ψυχική:** όταν ο χρήστης έχει την ανάγκη της ουσίας για να διατηρήσει την ψυχική του συνοχή.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ - ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

Η εξάρτηση υποδηλώνεται από την παρουσία τριών τουλάχιστον από τα παρακάτω συμπτώματα:

- Έντονη επιθυμία χρήσης της ουσίας
- Ανάπτυξη ανοχής στη χρήση της ουσίας
- Παρουσία στερητικού συνδρόμου με τη μείωση ή τη διακοπή της χρήσης της ουσίας
- Εγκατάλειψη σημαντικών δραστηριοτήτων κοινωνικών, επαγγελματικών ή ψυχαγωγικών λόγω της χρήσης
- Εμμονή στη χρήση της ουσίας, παρά το γεγονός ότι προκαλεί στο χρήστη σοβαρά σωματικά ή ψυχολογικά προβλήματα και δυσλειτουργίες σε κύριους τομείς της ζωής του.
- Δυσκολίες στον έλεγχο χρήσης της ουσίας σε σχέση με την έναρξη της, τη διακοπή της ή το βαθμό χρήσης.

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ ΣΤΟΝ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Στον τομέα της υγείας οι ουσίες έχουν τις περισσότερες φορές καταστροφικές συνέπειες, όπως:

κατάθλιψη , τάσεις αυτοκτονίας, βαριές πνευμονικές βλάβες , διαταραχές γονιμότητας και καρδιακές αλλοιώσεις, απώλεια μνήμης , πρόωρη γήρανση , αιμορραγίες και φυσικά θάνατο.

Όπως έχει αποδειχθεί από τους ειδικούς μία από τις κυριότερες αιτίες θανάτου των χρηστών είναι το **AIDS** , καθώς οι χρήστες ναρκωτικών ουσιών που χρησιμοποιούν πολλές φορές τις ίδιες σύριγγες κολλάνε τον ιό του AIDS με αποτέλεσμα να πεθαίνουν όχι από τις ουσίες καθαυτές αλλά από τον ιό. Αυτό το φαινόμενο είναι πολύ έντονο στην Ελλάδα τα τελευταία χρόνια με αποτέλεσμα οι θάνατοι από αυτήν την αιτία να έχουν αυξηθεί δραματικά .

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ ΣΤΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Μια μακροπρόθεσμη και ταυτόχρονα βραχυπρόθεσμη επίπτωση είναι το πρόβλημα της ενδοοικογενειακής βίας το οποίο εμφανίζεται ή εντείνεται αν ήδη υπάρχει λόγω της χρήσης ουσιών .

Άλλη μια μεγάλη επίπτωση που έχουν τα ναρκωτικά στην οικογένεια είναι η απομάκρυνση των πασχόντων μελών της από το οικογενειακό περιβάλλον . Υπάρχουν βέβαια και περιπτώσεις κυρίως σε κλειστές κοινωνίες όπου μια οικογένεια λόγω του φόβου της για τον κοινωνικό στιγματισμό αποκόπτει τις σχέσεις της με το μέλος της οικογένεια που είναι χρήστης . Έτσι και στις δύο περιπτώσεις η οικογένεια οδηγείται σε διάλυση .

➤ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΣ ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ

Μία ακόμη επίπτωση είναι η κατάρρευση του προϋπολογισμού της οικογένειας. Καθώς το μεγαλύτερο μέρος των ναρκομανών χάνουν την εργασία τους δεν έχουν πια εισόδημα φέρνοντας την οικογένεια σε οικονομικό αδιέξοδο . Αναζητώντας μάλιστα χρήματα για την απαραίτητη δόση τους ασκούν τρομακτικές πιέσεις στο οικογενειακό περιβάλλον , εξαθλιώνοντάς το.

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

● Τα άτομα με εξάρτηση απορρίπτονται από την κοινωνική ζωή .

● Επίσης τα εξαρτημένα άτομα δεν γίνονται σχεδόν ποτέ αποδεκτά σε ένα εργασιακό περιβάλλον .

● Έτσι οι περισσότεροι από αυτούς μένουν άνεργοι , αναγκάζονται να ζητιανεύουν ή να κλέβουν για να ζήσουν και να εξασφαλίσουν τη δόση τους μια και ήδη έχουν χάσει

σύντομα ή αργά την υποστήριξη της οικογένειας , με αποτέλεσμα να καταλήγουν στη φυλακή όπου ακόμη κι αν βγουν σύντομα επιστρέφουν .

➤ Ο ΛΑΒΥΡΙΝΘΟΣ

Το τέλος κάθε ναρκομανούς είναι η κοινωνική του απομόνωση, εκτός αν έχει τη θέληση, να βρει το κουράγιο και με τη βοήθεια της κοινωνίας και της οικογένειας του , να βγει από το λαβύρινθο όσο πιο σύντομα γίνεται γιατί ο χρόνος μετράει εις βάρος του .



A.4 ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

➤ ΠΡΟΛΗΨΗ

Πώς μπορείς να αποφύγεις τον κίνδυνο κατάχρησης εξαρτησιογόνων ουσιών κατά την νυχτερινή σου έξοδο;

1. Νιώσε αυτοπεποίθηση με τον εαυτό σου και προσπάθησε να αναπτύξεις αξίες.

2. Προσπάθησε να αντιμετωπίσεις τις πιέσεις των ανθρώπων γύρω σου.

➤ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Υπάρχουν πολλοί τύποι θεραπευτικών προγραμμάτων. Από πλευράς βασικής θεραπευτικής προσέγγισης συνήθως διακρίνουμε τα προγράμματα σε δύο μεγάλες κατηγορίες:

- α. τα "στεγνά" προγράμματα δηλαδή τα προγράμματα εκείνα στα οποία το κύριο θεραπευτικό εργαλείο είναι η ψυχοκοινωνική θεραπεία, και
- β. τα προγράμματα υποκατάστασης όπου το κύριο θεραπευτικό εργαλείο είναι η χρήση φαρμάκων που είτε υποκαθιστούν την ουσία εξάρτησης (π.χ. μεθαδόνη, βουπρενορφίνη) ή την ανταγωνίζονται (π.χ. ναλοξόνη, ναλτρεξόνη), ώστε να περιορίζουν ή και να μηδενίζουν την ανάγκη του ατόμου για τη χρήση της.

Γιατί τα εξαρτημένα άτομα δεν κατορθώνουν να απεξαρτηθούν από μόνα τους;

Σχεδόν όλα τα εξαρτημένα άτομα νομίζουν αρχικά ότι μπορούν να σταματήσουν τη χρήση ναρκωτικών από μόνα τους, όταν το θελήσουν. Στην πραγματικότητα δεν το κατορθώνουν.

Ο κυριότερος λόγος είναι ότι η μακρόχρονη χρήση ναρκωτικών επιφέρει "εξάρτηση".

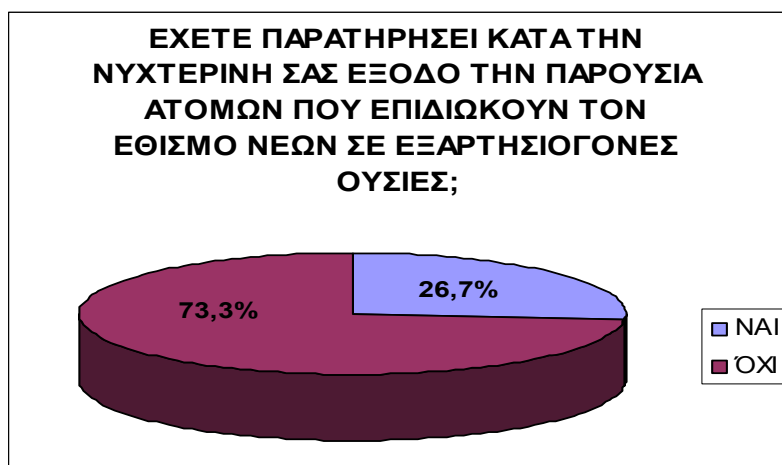
Μπορούν η οικογένεια και οι φίλοι να βοηθήσουν στη θεραπεία ενός χρήστη;

Αυτό είναι ένα γεγονός. Η οικογένεια και οι φίλοι μπορούν να κινητοποιήσουν το άτομο να παρακολουθήσει ένα θεραπευτικό πρόγραμμα. Η παρουσία της οικογένειας συμβάλλει αποφασιστικά στο αποτέλεσμα της θεραπείας του εξαρτημένου, ιδιαίτερα του εφήβου.

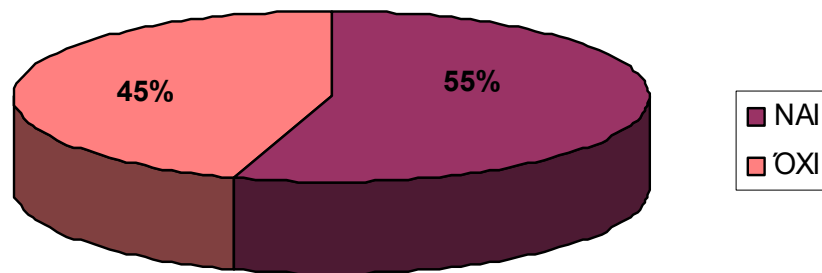


Α.5 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

(σε σύνολο 60 μαθητών των τριών τάξεων του σχολείου μας)



**ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΑΤΟΜΑ ΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΑΣ
ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΝ ΧΡΗΣΗ
ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ;**



B.1 ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΕΣ ΕΠΙΘΕΣΕΙΣ

➤ ΤΑ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ ΤΟΥ ΒΙΑΣΜΟΥ

Σε εφιάλτη τείνει να εξελιχθεί η χρήση των λεγόμενων «ναρκωτικών του βιασμού» και στη χώρα μας. Πρόκειται για ουσίες που κυκλοφορούν είτε σε μορφή κρυσταλλικής σκόνης είτε σε υγρό διάλυμα, είναι άχρωμες και άοσμες, και χρησιμοποιούνται από επιτήδειους που τις ρίχνουν στο ποτό ανυποψίαστων γυναικών, προκειμένου στη συνέχεια να ασελγήσουν σεξουαλικά πάνω τους.

➤ ΠΑΡΕΝΕΡΓΕΙΕΣ

Μάλιστα, όπως εξηγούν ειδικοί τοξικολόγοι, η δράση τους είναι επικίνδυνη, καθώς προκαλεί ναυτία, απώλεια μνήμης, αδυναμία προβολής αντίστασης, απώλεια των αισθήσεων, που μπορεί να οδηγήσει σε κώμα, ακόμη και το θάνατο. Τις παρενέργειες αυτές εκμεταλλεύονται οι επίδοξοι βιαστές, καθώς τα περισσότερα θύματα δεν θυμούνται το παραμικρό όταν συνέρχονται, και πολλές φορές δεν προχωρούν καν σε καταγγελία του περιστατικού στην αστυνομία.

➤ GHB

Το υπ' αριθμόν 1 «ναρκωτικό του βιασμού» (date rape drug) είναι το GHB (γάμα-υδροβουτυρικό οξύ), το οποίο είναι κατασταλτικό του κεντρικού νευρικού συστήματος. Κυκλοφορεί ως άλας, κρυσταλλική σκόνη αλλά και διάλυμα σε νερό, ενώ είναι γνωστό με διάφορες ονομασίες, όπως «Georgia Home Boy», «Lollipops», «Juice», «Liquid Ecstasy», «Mils», «G», «Liquid X» «Liquid G» και «Fantasy».

➤ "ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ ΤΟΥ ΒΙΑΣΜΟΥ"

Επικίνδυνη, όμως, ουσία στα χέρια επίδοξων βιαστών είναι και το GBL (γάμα-βουτυρολακτόνη). Πρόκειται για ένα χημικό βιομηχανικό διαλυτικό που χρησιμοποιείται σε βαφές, εντομοκτόνα, πλαστικά και μελάνια, καθώς και για τον καθαρισμό εξαρτημάτων αυτοκινήτων. Για το λόγο αυτό, σύμφωνα με την αστυνομία, δεν περιλαμβάνεται στον πίνακα των απαγορευμένων ουσιών, των οποίων η κατοχή διώκεται ποινικά, και άρα κυκλοφορεί νόμιμα.



B.2 ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΑ

Μια όμορφη νεαρή κοπέλα, 24 ετών, πήγε από τη Σουηδία στο Άμστερνταμ για να σπουδάσει στον τομέα της επικοινωνίας. Η φοιτητική ζωή σε όποιο μέρος του πλανήτη και αν βρίσκεσαι φημίζεται για τα πάρτι και την καλοπέραση. Όχι όμως για το δυσάρεστο περιστατικό που συνέβη εκείνη τη μέρα. Έντρομη στεκόταν στην πόρτα κτιρίου σε κεντρικό δρόμο του Άμστερνταμ, ενώ την βαστούσε η στενή της φίλη και ο αδερφός της... Ο αδερφός της, ο Adam, ζήτησε από τον συγκάτοικό μου να ανέβει στο κτίριο μαζί με την αδερφή του να δουν τους χώρους.. Στην αρχή κανείς μας δεν κατάλαβε τι ακριβώς ήθελαν να κάνουν στο κτίριο. Το κορίτσι, ονόματι Shirley, έμοιαζε «χαμένο». Το μόνο που κατάφερε να ψελλίσει κοιτάζοντας τα δυο μπάνια και τα δωμάτια ήταν «*όχι, όχι, δεν θυμάμαι κάτι τέτοιο*»... Όπως μας εξήγησε ο Adam, το «μοιραίο» βράδυ, η αδερφή του βγήκε με φίλες της να διασκεδάσει. Στο μπαρ που πήγε, στο κέντρο του Άμστερνταμ, έπιασε την κουβέντα με μια παρέα και μετά... Κάποιος έριξε κάτι στο ποτό της, το χάπι του βιασμού όπως εξήγησε ο Adam και στη συνέχεια, η αντροπαρέα πήρε μαζί της την Shirley... Το ποδήλατό της βρέθηκε κλειδωμένο 15 λεπτά μακριά από το σπίτι της, κάποια από τα ρούχα της έλειπαν, ενώ η κοπέλα βρέθηκε στο σπίτι της να κοιμάται. Ακόμα δεν μπορεί να συνέλθει από το σοκ, ενώ ψάχνει φοβισμένη στις πολυκατοικίες μήπως θυμηθεί τον χώρο στον οποίο εκτυλίχθηκε το δυσάρεστο συμβάν και... εικόνες από εκείνο το βράδυ.

- 22χρονη μιλά για την περιπέτεια της.

«Το μαρτύριό μας ξεκίνησε το περασμένο Σάββατο σε νυχτερινό κλαμπ στην Καλλιθέα Χαλκιδικής, όταν βρεθήκαμε σε ένα μαγαζί για να διασκεδάσουμε. Κατά τις 2 τη νύχτα από διπλανή παρέα μάς προσέγγισαν 3 άντρες περίπου 30 ετών. Μας συστήθηκαν και άρχισαν να μας φλερτάρουν. Η παρέα τους ήταν φιλική, και δεν έδειξαν δείγματα 'κανιβαλισμού' ή κακών προθέσεων. Κατά τις 3.30 κι εγώ αλλά και η φίλη μου αρχίσαμε να έχουμε συμπτώματα ζάλης, ενώ ζητήσαμε τον λογαριασμό, για να επιστρέψουμε στα σπίτια μας. Όμως λόγω της αδυναμίας μας, ο ένας από την παρέα των τριών αντρών, μας είπε πως καλό θα είναι να μην οδηγήσω και να μας πάνε οι ίδιοι στο σπίτι. Δεν ξέρω πως είπαμε το 'ναι' και από εκεί και πέρα δεν θυμάμαι ούτε εγώ αλλά ούτε και η φίλη μου τι ακριβώς συνέβη», εξομολογείται η 22χρονη κοπέλα. Στη συνέχεια, αναφέρει ότι «στις 8 το πρωί βρεθήκαμε σε μια παραλία, κοντά στο μαγαζί που ήμασταν, μόνες, χωρίς τα εσώρουχά μας και με σημάδια κακοποίησης. Δεν είχαμε αμυχές, σημάδια βιασμού με βάνουσο τρόπο ή κάτι που να προδίδει πως είχαμε αντισταθεί. Οι δύο κοπέλες δεν κατήγγειλαν το γεγονός, αφού, όπως λένε, «πραγματικά το κενό είναι τεράστιο, αφού νιώσαμε την αδυναμία έως τη στιγμή που ξυπνήσαμε από τον έντονο ήλιο στις ξαπλώστρες παραλίας». Έκαναν και οι δύο αιματολογικές εξετάσεις για πιθανές ασθένειες και οι πρώτες εξετάσεις βγήκαν καθαρές, ενώ περιμένουν τα αποτελέσματα και για τον ιό HIV. «Ευελπιστούμε μέσα από αυτή την επιστολή μας να διαδοθεί η περιπέτεια μας κι όσες κοπέλες υποψιαστούν οτιδήποτε περίεργο από άντρες που φλερτάρουν, να καλέσουν αμέσως την αστυνομία για να τους ελέγξουν. Δεν είχαμε δώσει ποτέ δικαίωμα και δεν θέλουμε να διασυρθούμε και άλλο μετά από αυτή την περιπέτεια μας. Σας παρακαλούμε όπως το αναρτήσετε αυτούσιο και να προσπαθήσετε να το διαδώσετε

μέσα από τις σελίδες σας στα κοινωνικά δίκτυα, για να προφυλαχθούν όσο περισσότερο γίνεται νέες κοπέλες σαν εμάς», καταλήγει η καταγγελία της 22χρονης κοπέλας.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΠΩΣ ΔΡΟΥΝΤΑ ΝΕΑ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ

ΣΥΝΘΕΤΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ
σε υγρή μορφή, με κομ-
μι-κοσμοπλαστική όρεξη,
δύσμεση, δύσκολη αναμει-
γνύονται στα ποτά

ΔΙΑΡΚΟΣΗΤΑ
ονίριο και εθισμό
θραύση στην Ευρώπη,
πιο ΗΠΑ και την
Αυστραλία

ΠΡΟΚΑΛΩΝ
ανάσχεση ανήλικης,
μείωση αντιστά-
σεων. Εξαιρετικά
δύσκολο να αν-
τιπαραβληθεί (προ-
στασιακή, αφού
αποβάλλονται
γρήγορα από τον
οργασμό)

B.3 ANΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Αυτό που σίγουρα γνωρίζουμε είναι το ψυχικό τραύμα του βιασμού θα επουλωθεί πολύ πιο αργά και δύσκολα από τα σωματικά τραύματα και γι' αυτό το λόγο είναι σημαντικό τα θύματα να δέχονται έγκαιρη υποστήριξη. Είναι λοιπόν, πολύ σημαντικό τα προσφιλή πρόσωπα του ατόμου να δείξουν κατανόηση και να είναι υποστηρικτικά με κάθε τρόπο, πρακτικό, συμβολικό και συναισθηματικό. Ειδικότερα αν το θύμα είναι ανήλικο και αναφέρει στην οικογένειά του κάποιο περιστατικό σεξουαλικής κακοποίησης, η οικογένεια θα πρέπει να δώσει ιδιαίτερη προσοχή και να αποφύγει να το ενοχοποιήσει ή να το διαψεύσει. Δεν είναι καλό να προσπαθήσει να αποσιωπηθεί το γεγονός με την ελπίδα ότι θα ξεχαστεί γιατί με αυτόν τον τρόπο το πιθανότερο είναι να ενοχοποιηθεί το ίδιο το θύμα και να περιπλέξει περισσότερο τα συναισθήματά του.

➤ ΚΑΤΑΓΓΕΛΙΑ

● Συνιστάται να καταγγελλεί ο βιασμός ή ακόμα και η ανεπιτυχής απόπειρα βιασμού.

● Όταν γίνεται καταγγελία, οποιεσδήποτε λεπτομέρειες μπορεί να θυμηθεί το άτομο για το συμβάν μπορεί να είναι χρήσιμες - τα εξωτερικά χαρακτηριστικά του δράστη, η φωνή, τα ρούχα του, ακόμα και μια ασυνήθιστη μυρωδιά.

● Αν το άτομο έχει υποστεί βιασμό, θα πρέπει να καλέσει την αστυνομία το συντομότερο δυνατόν. Δεν πρέπει να κάνει μπάνιο ή να αλλάξει ρούχα. υλικά πάνω στα ρούχα του θύματος μπορεί να φανούν χρήσιμα στην αναγνώριση ή την ταυτοποίηση του δράστη.

● Το άτομο μπορεί να βοηθηθεί αν επικοινωνήσει με ένα κέντρο υποστήριξης θυμάτων βιασμού, όπου ειδικευμένα άτομα μπορούν να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση του τραύματος.

Τέτοια προγράμματα υπάρχουν κυρίως στα μεγάλα αστικά κέντρα.

● Εκτός από τη γενική συμβουλευτική, η επίσκεψη στο σεξολόγο μπορεί να είναι αποτελεσματική για ένα άτομο που έχει υποστεί βιασμό και καλό θα είναι να σκεφτεί να μπει σε ένα πρόγραμμα θεραπείας. Δε χρειάζεται να συνεχίσει να υποφέρει.

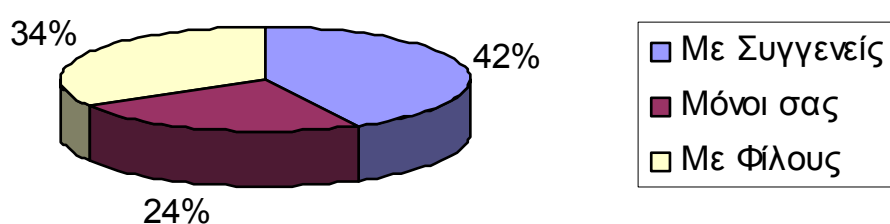
● Τέλος, είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι πολλές γυναίκες λανθασμένα κατηγορούν τους εαυτούς τους για το βιασμό. Ωστόσο, το να βιαστεί κάποιος δεν είναι έγκλημα. Το έγκλημα έχει διαπραχθεί από τον άνθρωπο που έκανε το βιασμό.



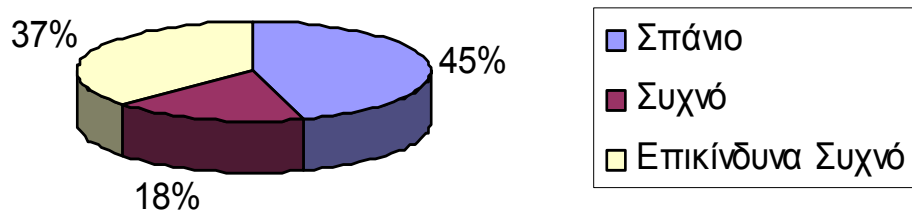
Β.4 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

(σε σύνολο 60 μαθητών των τριών τάξεων του σχολείου μας)

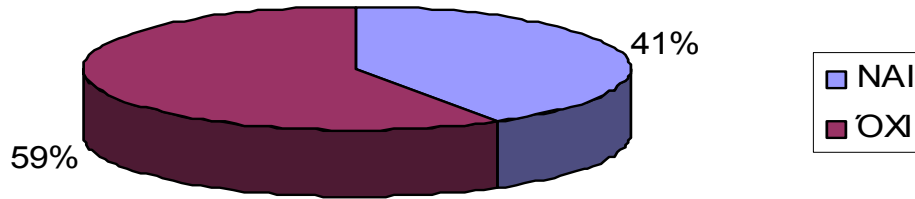
**Κατά τη νυχτερινή σας έξοδο πώς
γυρνάτε στο σπίτι σας το βράδυ;**



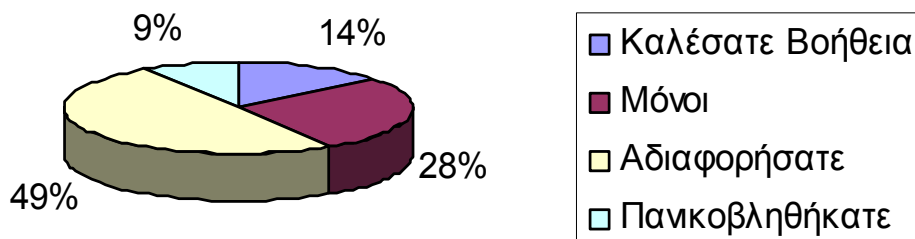
**Πόσο συχνό θεωρείται ότι είναι το
φαινόμενο των σεξουαλικών
επιθέσεων;**



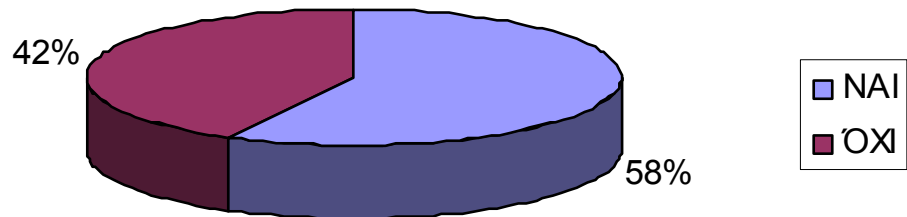
Έχετε παρατηρήσει ποτέ την παρουσία ατόμων που έχουν ως σκοπό την σεξουαλική παρενόχληση;



Αν ΝΑΙ, πως το αντιμετωπίσατε;



**Γνωρίζετε για το σιρόπι/χάπι του
βιασμού;**

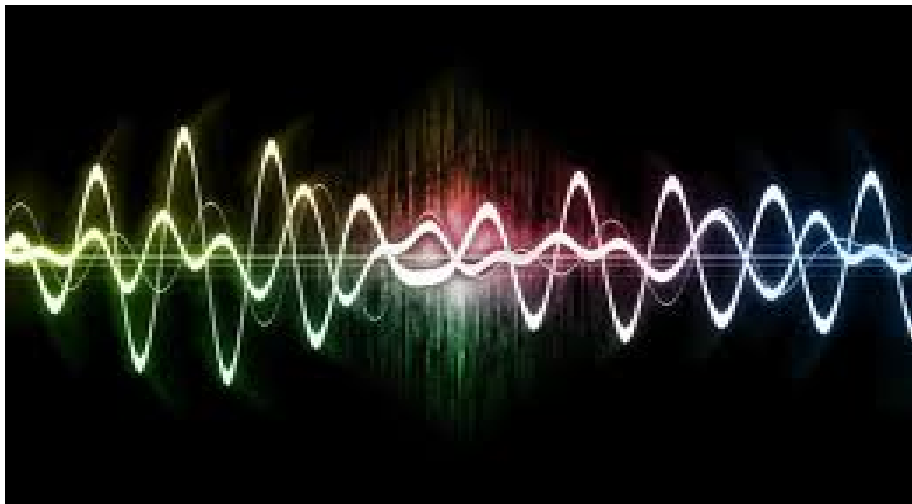


Γ.1 ΕΝΤΑΣΗ ΗΧΟΥ ΣΤΑ ΝΥΧΤΕΡΙΝΑ ΚΕΝΤΡΑ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗΣ

Εισαγωγή: Το τμήμα της τεχνολογικής ανάπτυξης είναι ιδιαίτερα μεγάλο στο όργανο της ακοής -το αυτί- καθώς τα επίπεδα του θορύβου στη σημερινή βιομηχανική κοινωνία είναι πολύ υψηλότερα σε σχέση με το παρελθόν. Η ένταση του θορύβου πρέπει να υπερβαίνει κάποιο όριο για να έχει βλαπτικές επιδράσεις στην ακοή μας. Το όριο αυτό είναι τα 80 dBA (ντεσιμπέλ), κάτω από τα οποία η έκθεση στο θόρυβο όσο μακροχρόνια και να είναι συνήθως δεν προκαλεί ζημιά.

Οι παράγοντες που συμβάλλουν στην επικινδυνότητα του θορύβου

1. η ένταση
2. η συχνότητα
3. η διάρκεια
4. ο καταμερισμός της έκθεσης στο θόρυβο στη διάρκεια μιας τυπικής ημέρας
5. άθροιση της έκθεσης στο θόρυβο στη διάρκεια ημερών, εβδομάδων ή ετών



Μεγέθη ήχου

Θόρυβος	Αίτια-Καταστάσεις
140dB	Κροτίδες, πυροβολισμοί, μηχανή αεροπλάνου
120dB	Μουσικές συναυλίες (rock), τρακάρισμα
110db	Δυνατή φωνή στο αυτί, αλυσοπρίονο, discos-clubs
90dB	Μοτοσικλέτα, κυκλοφορία αυτοκινήτων, ορχήστρα, χορτοκοπτική μηχανή
Επίπεδα άνω των 80dB είναι δυνητικά επικίνδυνα!	
80dB	Ξυπνητήρι, μπιστολάκι μαλλιών
60dB	Συζήτηση, κλιματισμός
50dB	Μέσος θόρυβος σπιτιού, ψυγείο
40dB	Γραφείο
30dB	Ήσυχη βιβλιοθήκη, ψίθυρος
20dB	Θρόισμα φύλλων δέντρου- Ρολόι χειρός

Γ.2 Ήχος και Νομοθεσία

Στην Ελλάδα μια από τις μεγαλύτερες πηγές ηχορρύπανσης είναι τα Κέντρα Διασκέδασης και το πλήθος των λοιπών καταστημάτων υγειονομικού ενδιαφέροντος που προσφέρουν μουσική.

Από πλευράς προστασίας της Δημόσιας Υγείας από θορύβους μουσικής η πιο σημαντική ενόχληση είναι αυτή του ύπνου για το οποίο οι μελέτες του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (Π.Ο.Υ.) έχουν υποδείξει ως επιθυμητό όριο στο υπνοδωμάτιο της κατοικίας τα 35 dBA Leq.

Αυτή η τιμή είναι και το όριο σχεδιασμού που έχει τεθεί στην Ελληνική Υγειονομική Νομοθεσία με την Υγειονομική Διάταξη «για την προστασία της Δημόσιας Υγείας από θορύβους μουσικής των Κέντρων Διασκέδασης και λοιπών καταστημάτων».

Συνήθεις παραβάσεις

Πολλά κέντρα διασκέδασης παραβιάζουν το ανώτατο επιτρεπόμενο όριο ηχοστάθμης των 100 dBA .

Τα κέντρα διασκέδασης με περισσότερα από 200 καθίσματα και παρουσίαση ζωντανού καλλιτεχνικού προγράμματος (συναυλίες) ξεπερνούν κατά κανόνα τα 100 dBA που γίνεται ακόμη χειρότερο πλησιάζοντας τα μεγάφωνα.



Γ.3 ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΕΚΚΩΦΑΝΤΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ

1ον. ΨΥΧΙΚΕΣ

● Σειρά από μελέτες έχουν δείξει ότι το άγχος που προκύπτει από το θόρυβο μπορεί να προκαλέσει την απελευθέρωση της κορτιζόλης, η οποία παρεμποδίζει τη λειτουργία στον προμετωπιαίο φλοιό, που συνδέεται με λειτουργίες όπως η σκέψη, ο σχεδιασμός και ο έλεγχος των παρορμήσεων.

● Αν και δεν είναι οριστική, πρόσφατη έρευνα δείχνει επίσης ότι το στρες που προκαλείται από το θόρυβο μπορεί να μειώσει τη διαθεσιμότητα της ντοπαμίνης στον προμετωπιαίο φλοιό, όπου η ορμόνη ελέγχει τη ροή των πληροφοριών από άλλα μέρη του σώματος, αλλοιώνοντας την ικανότητα μάθησης και μνήμης.

"Κωφότητα Γέρου"

● Η έκθεση νεαρών ατόμων σε θορυβώδη μουσική τύπου "Rock" συνήθως τους επιφέρει την ασθένεια "Κωφότητα Γέρου", πριν ακόμα φθάσουν στην ηλικία των 30 ετών. Ιατρικές έρευνες σήμερα συσχετίζουν το θόρυβο με επιληπτικούς σπασμούς, αύξηση της χοληστερίνης, της πίεσης του αίματος, της εγκληματικότητας, των αυτοκτονιών, των ψυχασθενειών, μείωση της όρασης, νευρική υπερένταση και άλλες παθολογικές καταστάσεις.

2ον. ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ

● Το όριο πόνου του ανθρώπινου αυτιού λόγω έντασης ήχου είναι τα 120dB. Έκθεση σε ήχους πάνω από το όριο είναι επικίνδυνη και μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα ακοής ή και κώφωση. Η έκθεση, επίσης, σε πολύ δυνατό θόρυβο

μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα την πτώση του ακουστικού νεύρου (ακουστικό τραύμα).

● Σύμφωνα μάλιστα με έρευνες, οι περισσότεροι από τους νέους που συχνάζουν σε κλαμπ με δυνατή μουσική, θα αντιμετωπίσουν πρόβλημα εμβοών τουλάχιστον μία φορά στη ζωή τους.



Γ.4 ΠΡΟΛΗΨΗ

● Ωτοασπίδες

Όσο περισσότερος είναι ο θόρυβος και όσο μεγαλύτερη η διάρκεια που είστε εκτεθειμένοι σε αυτόν, τόσο αυξάνετε τις πιθανότητες να προκαλέσετε βλάβη στην ακοή σας. Προστατέψτε τα αυτιά σας με ωτοασπίδες. Ειδικά μάλιστα σε συναυλίες, οι ωτοασπίδες παρέχουν εκτός από προστασία και καλύτερη ποιότητα ήχου.

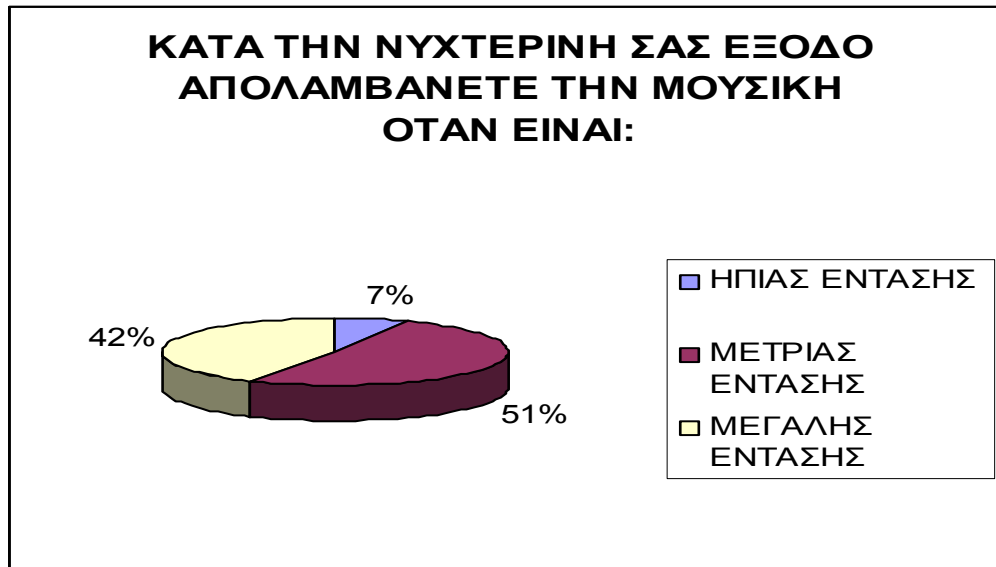
● Μουσική...αποτοξίνωση

Δώστε τον χρόνο στα αυτιά (και το κεφάλι σας) να ανακάμψει, έπειτα από πολύωρη έκθεση σε δυνατό θόρυβο. Σύμφωνα μάλιστα, με βρετανική έρευνα, τα αυτιά χρειάζονται τουλάχιστον 16 ώρες ανάπαυσης, για να ανακάμψουν μετά από ένα δίωρο έκθεσης σε έναν χώρο, όπως είναι τα κλαμπ και οι συναυλίες.

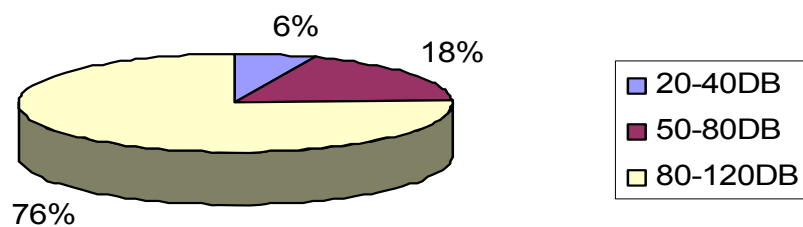


Γ.5 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

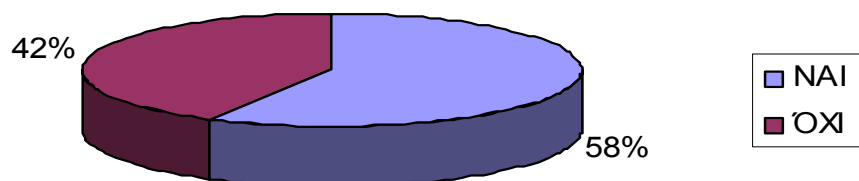
(σε σύνολο 60 μαθητών των τριών τάξεων του σχολείου μας)



**ΑΝ ΝΑΙ, ΠΟΙΑ ΕΝΤΑΣΗ ΤΟΥ ΗΧΟΥ
ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΗ;**



**ΕΧΕΤΕ ΝΙΩΣΕΙ ΠΟΤΕ ΕΝΟΧΛΗΣΗ Ή
ΠΟΝΟ ΣΤΑ ΑΥΤΙΑ ΣΑΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ
ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ
ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΕΞΟΔΟ;**



Δ.1 ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΝΕΟΙ



Νοθεία - ποια είναι η αλήθεια

Είναι γεγονός ότι ακούγονται συνέχεια ιστορίες για νοθευμένα ποτά, αποκαλούμενα "μπόμπες", που κυκλοφορούν κυρίως στα σημεία νυχτερινής διασκέδασης. Είναι αλήθεια ότι ο περισσότερος κόσμος πιστεύει σε αυτή την φημολογία.

➤ Τι είναι νοθεία

Είναι η αυτοσχέδια παραγωγή ποτών που γίνεται σε παράνομα εργαστήρια με εμπειρικό τρόπο. Στην παρασκευή τους έχουν πιθανόν χρησιμοποιηθεί τεχνητές αρωματικές ουσίες καθώς και παράνομο οινόπνευμα με υψηλή περιεκτικότητα σε μεθυλική αλκοόλη (ξυλόπνευμα). Ο τρόπος παρασκευής και το αποτέλεσμα - τόσο το γευστικό, όσο και το από άποψη ασφάλειας του καταναλωτή - είναι απολύτως αβέβαιο.

➤ Τι είναι η απομίμηση

Η απομίμηση είναι το ποτό που έχει παρασκευασθεί σε ποτοποιία με άδεια από το Γενικό Χημείο του Κράτους και με οινόπνευμα νόμιμο και ελεγμένο. Αυτά αναφέρονται ως «τύπου» ούισκι, «τύπου» τζιν, «τύπου» τεκίλα κλπ. και διατίθενται σε συσκευασίες των 3 και 5 λίτρων. Πολλές φορές σε φθηνές τουριστικές περιοχές χρησιμοποιούνται για να γεμίσουν επώνυμα μπουκάλια ποτών.

Τα ποτά αυτά δεν είναι επικίνδυνα για την υγεία γιατί έχουν παραχθεί με νόμιμο οινόπνευμα, αλλά είναι πολύ κατώτερα σε γεύση και ποιότητα από τα επώνυμα.

10 κανόνες για να προφυλαχθείτε από τη νοθεία

1. Να μην πίνετε νηστικοί.
2. Να ζητάτε πάντα συγκεκριμένη μάρκα ποτού.
3. Όταν παραγγέλνετε μπουκάλι, να απαιτείτε να σας το σερβίρουν στο τραπέζι και να το ανοίγουν μπροστά σας.
4. Όταν παραγγέλνετε ποτήρι, να απαιτείτε να σας το σερβίρουν επάνω στο μπαρ για να βλέπετε τι πίνετε.
5. Να προτιμάτε να πίνετε μια συγκεκριμένη μάρκα ποτού για να είναι πιο εύκολο να ξεχωρίζετε την καθαρότητα από τη γεύση και το χρώμα.
6. Να γνωρίζετε πως έχετε δικαίωμα να επιστρέψετε το ποτό του.

7. Να μην ανακατεύετε διάφορα ποτά όταν πίνετε.
8. Να μην επηρεάζεστε από τα περιστασιακά ποτά που είναι στη μόδα.
9. Να φροντίζετε να συχνάζετε σε μαγαζιά εμπιστοσύνης.
10. Όταν πίνετε να μην οδηγείτε!!!



Δ.2 ΠΑΡΕΝΕΡΓΕΙΕΣ

Το αλκοόλ συχνά προκαλεί παρενέργειες που μπορούν να αποβούν μοιραίες προς τον καταναλωτή. Δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις κατά τις οποίες συνδέεται με τροχαία, ατυχήματα στο σπίτι, βίαιη ή αυτοκαταστροφική συμπεριφορά.

➤ Αλκοόλ και νέοι

Δυστυχώς τα τελευταία χρόνια έχουμε θρηνήσει θύματα από το αλκοόλ στην Ελλάδα, συνήθως άτομα εφηβικής ηλικίας. Οι μικρές αντοχές σε αυτήν την ηλικία, η τοξικότητα του αλκοόλ σε νεαρούς οργανισμούς που δεν έχουν προηγούμενη εμπειρία σε οινοπνευματώδη ποτά και κάποιες φορές το μικρό βάρος των ατόμων είναι καταλυτικοί παράγοντες που μπορούν να οδηγήσουν ως το θάνατο.

➤ Οι παρενέργειες του αλκοόλ στα έφηβα κορίτσια

Η κατανάλωση αλκοόλ από τα έφηβα κορίτσια μπορεί να επιφέρει βλάβες στα τμήματα του εγκεφάλου τους που ελέγχουν την μνήμη και την επίγνωση ως προς τον χώρο. Ο εγκέφαλος των νεαρών γυναικών είναι ιδιαίτερος ευαίσθητος στις βλάβες που προκαλεί το αλκοόλ επειδή αναπτύσσεται γενικά ταχύτερα απ' αυτόν των ανδρών.

➤ Φάρμακα και αλκοόλ-Οι παρενέργειες του συνδυασμού

- Μπορεί ενδεχομένως να αυξηθεί ο κίνδυνος στομαχικής αιμορραγίας αν καταναλώσετε αλκοόλ ενώ λαμβάνετε ασπιρίνη.
- Η μίξη αλκοόλ με φάρμακα για το κρυολόγημα ή το βήχα μπορεί να οδηγήσει σε μεγάλη υπνηλία. Μπορεί να αποβεί πολύ επικίνδυνη η κατανάλωση αλκοόλ με λήψη φαρμακευτικής αγωγής για την αντιμετώπιση της κατάθλιψης, του άγχους, του πόνου ή της αϋπνίας.
- Ο συνδυασμός αλκοόλ με φάρμακα που περιέχουν ακεταμινοφαίνη μπορεί να προκαλέσει βλάβη στο ήπαρ.

Δ.3 ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ

- Ως γονιός ό,τι λέτε και κάνετε επηρεάζει σημαντικά το παιδί σας.
- Οι γονείς οφείλουν να θίγουν το θέμα στα παιδιά τους συζητώντας τα προβλήματα και συμφωνώντας σε κάποιους κανόνες τους οποίους θα πρέπει να τηρεί η οικογένεια.

Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς;

- Ξεκαθαρίσετε τη θέση σας για το πώς αισθάνεστε σε σχέση με το αλκοόλ.
- Μιλήστε με το παιδί σας για το αλκοόλ.
- Καθορίστε σωστές και υγιείς αρχές και αξίες μέσα στην οικογένεια σας.
- Να είστε ένα θετικό πρότυπο, ένα καλό παράδειγμα.
- Βοηθήστε το παιδί σας να αντιμετωπίσει τις πιέσεις των «φίλων».

Δώστε τους πληροφορίες για το τι μπορούν να κάνουν, σε περίπτωση που οι ίδιοι ή/και οι φίλοι τους κάνουν χρήση αλκοόλ.

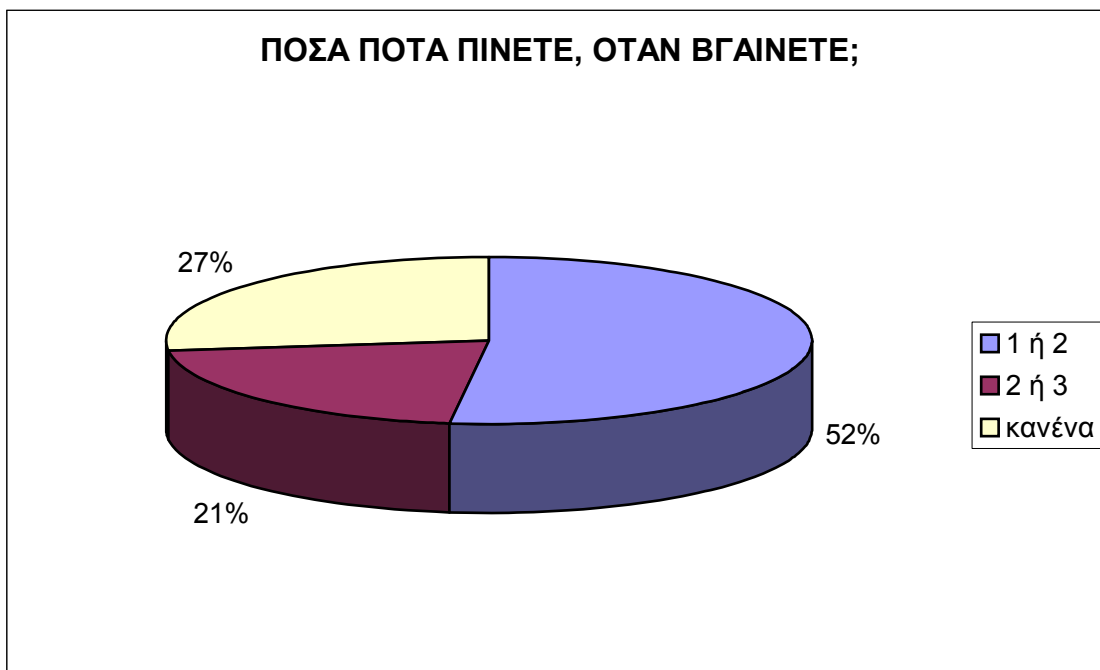
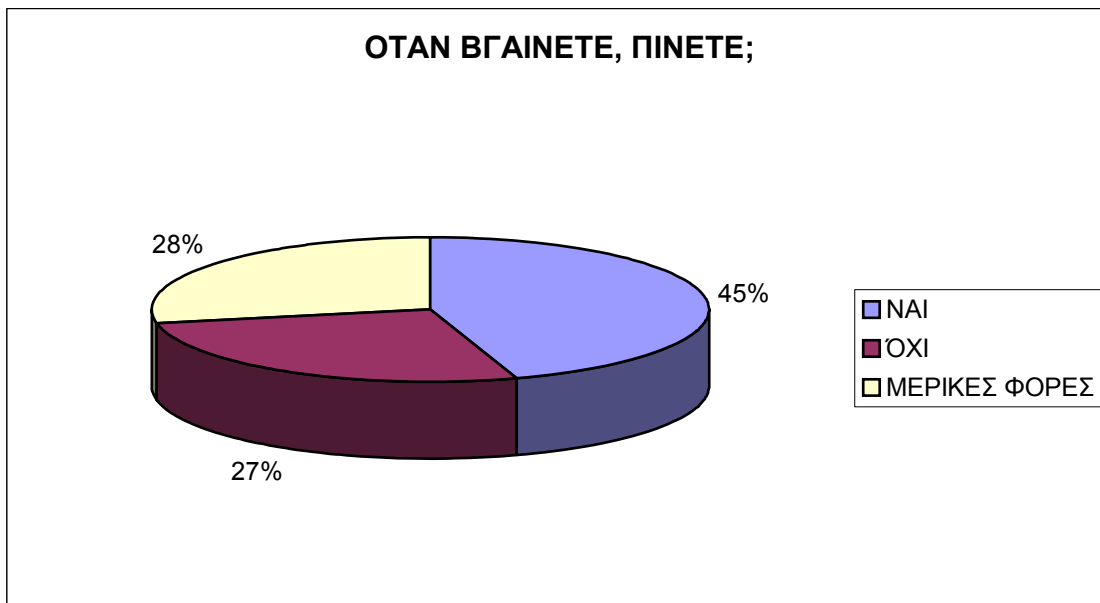
- Δώστε τους πληροφορίες για το τι μπορούν να κάνουν, σε περίπτωση που οι ίδιοι ή/και οι φίλοι τους κάνουν χρήση αλκοόλ.

- Δώστε τους πληροφορίες για το τι μπορούν να κάνουν, σε περίπτωση που οι ίδιοι ή/και οι φίλοι τους κάνουν χρήση αλκοόλ.

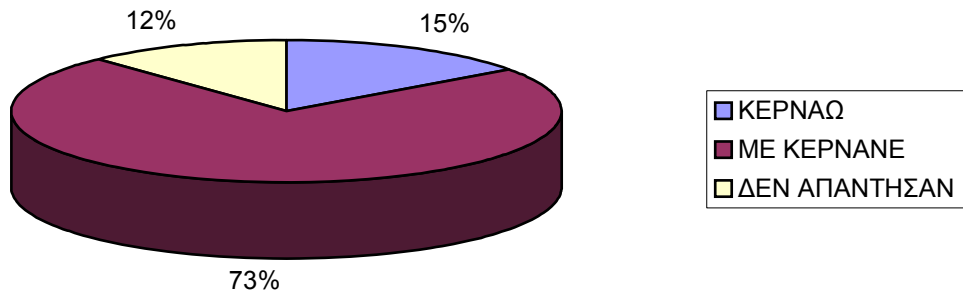


Δ.4 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

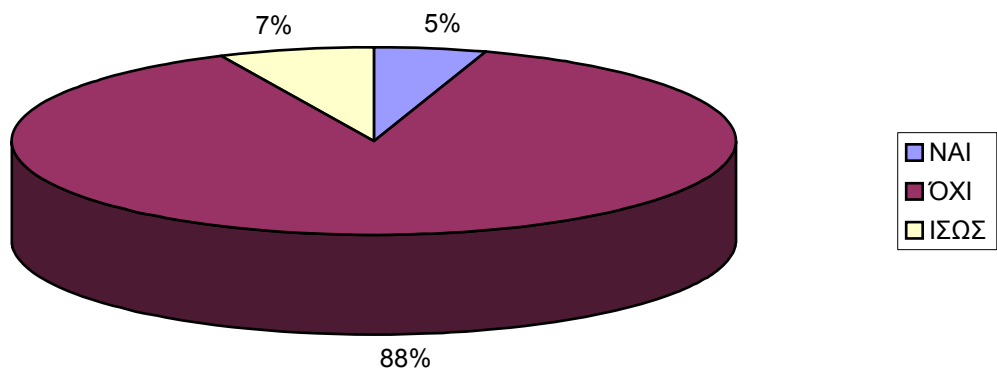
(σε σύνολο 60 μαθητών των τριών τάξεων του σχολείου μας)



ΣΥΝΗΘΩΣ ΚΕΡΝΑΤΕ Ή ΣΑΣ ΚΕΡΝΑΝΕ;



ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ ΕΞΑΡΤΗΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΟ ΠΟΤΟ;



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

ΣΧΟΛΕΙΟ: 1^ο ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΦΙΛΙΠΠΙΑΔΑΣ

Το παρόν ερωτηματολόγιο αποτελεί μια προσπάθεια διερεύνησης των κινδύνων που διατρέχουν οι σημερινοί έφηβοι και νέοι κατά τις νυχτερινές τους εξόδους στα πλαίσια της Ερευνητικής Εργασίας που διενεργεί μια ομάδα μαθητών της Α΄ τάξης. Η συμμετοχή σας θεωρείται ιδιαίτερα χρήσιμη. Σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε ανώνυμα τα στοιχεία σας και να απαντήσετε στις ερωτήσεις, σημειώνοντας X στο κατάλληλο τετραγωνάκι.

Α΄ ΜΕΡΟΣ - ΑΤΟΜΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

A1. ΦΥΛΟ:

Αγόρι

Κορίτσι

A2. ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ ΒΓΑΙΝΕΤΕ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ:

1 ΦΟΡΑ

2-3 ΦΟΡΕΣ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ

ΠΟΤΕ

A3. ΤΙ ΩΡΑ ΕΠΙΣΤΡΕΦΕΤΕ:

ΠΡΙΝ ΤΙΣ 12:00

12:00-02:00

ΜΕΤΑ ΤΙΣ 02:00

Β΄ ΜΕΡΟΣ – ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ

B1. ΕΧΕΤΕ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΣΑΣ ΕΞΟΔΟ ΤΗΝ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΕΠΙΔΙΩΚΟΥΝ ΤΟΝ ΕΘΙΣΜΟ ΝΕΩΝ ΣΕ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

B2. ΕΙΧΑΤΕ ΟΙ ΙΔΙΟΙ ΚΑΠΟΙΑ ΑΣΧΗΜΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

B3. ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΑΤΟΜΑ ΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΑΣ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΝ ΧΡΗΣΗ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

B4. ΑΝ ΝΑΙ ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΕΣ;

ΧΑΣΙΣ

ΗΡΩΙΝΗ

ΚΟΚΑΙΝΗ

ΜΑΡΙΧΟΥΝΑ

ΑΛΛΑ

Γ΄ ΜΕΡΟΣ – ΑΛΚΟΟΛ

Γ1. ΟΤΑΝ ΒΓΑΙΝΕΤΕ ΠΙΝΕΤΕ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ

Γ2. ΠΟΣΑ ΠΟΤΑ ΠΙΝΕΤΕ ΟΤΑΝ ΒΓΑΙΝΕΤΕ;

1-2 2-3 ΚΑΝΕΝΑ

Γ3. ΣΥΝΗΘΩΣ ΚΕΡΝΑΤΕ ή ΣΑΣ ΚΕΡΝΑΝΕ ;

ΚΕΡΝΑΩ ΜΕ ΚΕΡΝΑΝΕ

Γ4. ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ ΕΞΑΡΤΗΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΟ ΠΟΤΟ;

ΝΑΙ ΟΧΙ ΙΣΩΣ

Δ΄ ΜΕΡΟΣ-ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΕΣ ΕΠΙΘΕΣΕΙΣ

Δ1. ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΟ ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΟΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΩΝ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΩΝ ΕΠΙΘΕΣΕΩΝ;

ΣΠΑΝΙΟ ΣΥΧΝΟ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΑ ΣΥΧΝΟ

Δ2. ΕΧΕΤΕ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙ ΠΟΤΕ ΤΗΝ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΩΣ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΣΗ;

ΝΑΙ ΟΧΙ

ΑΝ ΝΑΙ, ΠΩΣ ΤΟ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΑΤΕ;

ΚΑΛΕΣΑΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ ΜΟΝΟΙ ΑΔΙΑΦΟΡΗΣΑΤΕ
ΠΑΝΙΚΟΒΛΗΘΗΚΑΤΕ

Δ3. ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ / ΧΑΠΙ ΤΟΥ ΒΙΑΣΜΟΥ;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Δ4. ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΣΑΣ ΕΞΟΛΟ ΠΩΣ ΓΥΡΝΑΤΕ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ ΤΟ ΒΡΑΔΥ;

ΜΕ ΣΥΓΓΕΝΕΙΣ ΜΟΝΟΙ ΣΑΣ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ

Ε΄ ΜΕΡΟΣ – ΕΝΤΑΣΗ ΗΧΟΥ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΕΞΟΛΟ

Ε1. ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΟΤΙ Η ΔΥΝΑΤΗ ΜΟΥΣΙΚΗ ΣΤΑ ΚΛΑΜΠ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΕΙ ΣΟΒΑΡΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΑΚΟΗΣ;

ΝΑΙ ΟΧΙ

ΑΝ ΝΑΙ, ΠΟΙΑ ΕΝΤΑΣΗ ΤΟΥ ΗΧΟΥ ΘΕΩΡΕΙΤΕ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΗ;

20-40DB 50-80DB 80-120DB

Ε2.ΕΧΕΤΕ ΝΙΩΣΕΙ ΠΟΤΕ ΕΝΟΧΛΗΣΗ ή ΠΟΝΟ ΣΤΑ ΑΥΤΙΑ ΣΑΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΕΞΟΔΟ;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ε3.ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΣΑΣ ΕΞΟΔΟ ΑΠΟΛΑΜΒΑΝΕΤΕ ΤΗΝ ΜΟΥΣΙΚΗ ΟΤΑΝ ΕΙΝΑΙ;

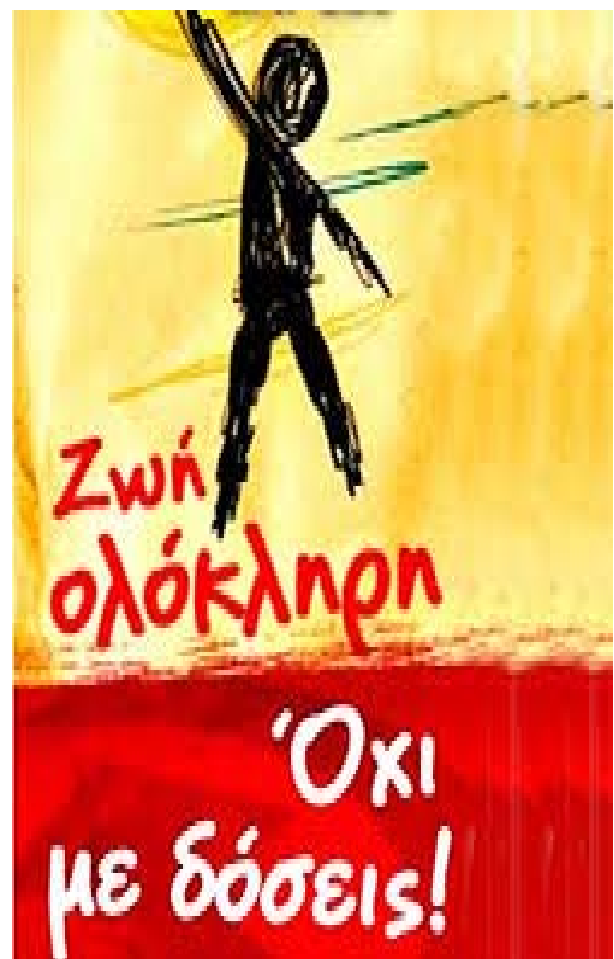
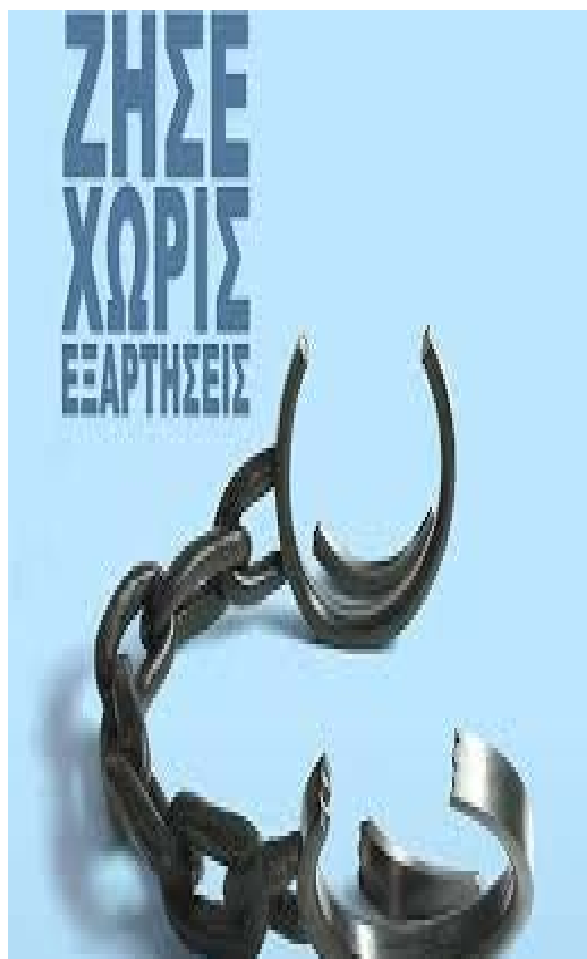
ΗΠΙΑΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΜΕΤΡΙΑΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΜΕΓΑΛΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ

Ε4.ΑΠΟΦΕΥΓΕΤΕ ΝΑ ΚΑΘΕΣΤΕ ΚΟΝΤΑ ΣΤΑ ΗΧΕΙΑ;

ΝΑΙ ΟΧΙ

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

ΤΑ ΜΗΝΥΜΑΤΑ ΜΑΣ



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ - Ηλεκτρονικός τύπος

Εξαρτησιογόνες ουσίες

kkeram1441.wordpress.com/2009/05/28/

www.prolipsis.gr/index.php?id=25,0,0,1,0,0

kproasis.gr/εξαρτησιογόνες-ουσίες

www.pyxida.org.gr/substances

www.kethea.gr

www.okana.gr/

www.epipsi.gr/

σεξουαλικές επιθέσεις

www.kathimerini.gr/.../to-siropi-viasmoy-

taxalia.blogspot.com/

greekbulldog.blogspot.com

www.ethnos.gr/article.asp?catid=22768&subid=2&pubid..

www.newsit.gr

www.newsitamea.gr/Το-σιρόπι-του-βιασμού-ήρθε-στην-Ελλάδα

ένταση ήχου

<https://osha.europa.eu/el/publications/factsheets/56>

www2.parliament.cy/parliamentgr/008_03b/23_06_008_04_349.htm

ixoripansi.gr/wp-content/uploads/ixoripansi.pdf

ebooks.edu.gr/modules/ebook/show.php/DSGL-A105/.../2155,7813/

www.texnikosafaleias.gr/odigies.asp?spd=219

αλκοόλ και νέοι

www.neaygeia.gr/page.asp?p=498

www.fee.org.gr/alcoholism-pieria/196-psychological-factors.html

www.goldenmag.gr/γιατί-πίνουν-οι-νέοι/

www.bestrong.org.gr/el/health/alcoholrestriction/alcoholstatistics/

gr.drugfreeworld.org > ... > Η ΑΛΗΘΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ

www.eneap.com.gr/articlepage.php?article_id=97

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή.....	3
A.1 Εξαρτησιογόνες ουσίες.....	4
A.2 Είδη εξαρτησιογόνων ουσιών	5
A.3 Συνέπειες	7-10
A.4 Πρόληψη/Θεραπεία.....	11-12
A.5 Αποτελέσματα έρευνας.....	13-14
B.1 Σεξουαλικές επιθέσεις.....	15-16
B.2 Περιστατικά.....	17-19
B.3 Αντιμετώπιση.....	20-21
B.4 Αποτελέσματα έρευνας.....	22-24
Γ.1 Ένταση ήχου.....	25-26
Γ.2 Ήχος και νομοθεσία.....	27
Γ.3 Επιπτώσεις εκκωφαντικής μουσικής.....	28-29
Γ.4 Πρόληψη.....	30
Γ.5 Αποτελέσματα έρευνας.....	31-32
Δ.1 Αλκοόλ και νέοι (νοθεία/απομίμηση).....	33-35
Δ.2 Παρενέργειες.....	36
Δ.3 Γονείς και αλκοόλ.....	37-38
Δ.4 Αποτελέσματα έρευνας.....	39-40
Παράρτημα (Ερωτηματολόγιο).....	41-43
Τα μηνύματά μας.....	44
Βιβλιογραφία.....	45-46
Περιεχόμενα.....	47