

Πρόγραμμα  
«Βιωματικά Εργαστήρια Υποστήριξης  
Σχολείων σε Θέματα Βίας»

Περιφερειακή Διεύθυνση Π/βάθμιας και Δ/βάθμιας Εκπ/σης Κ. Μακεδονίας  
Γραφείο UNICEF Ελλάδας - Κέντρο Δικαιωμάτων Παιδιού ΑΠΘ  
εκπαιδευτικοί Π/βάθμιας και Δ/βάθμιας Εκπαίδευσης  
για την ευαισθητοποίηση των μαθητών σε θέματα βίας

Συμμετοχή 7<sup>ου</sup> Γυμνασίου Κατερίνης  
Τμήμα: Α1 (22 μαθητές)  
Υπεύθυνη καθηγήτρια: Κιτοπούλου Κυριακή Φιλολόγος –  
Σύμβουλος Σχολικής Ζωής  
Σχολικό Έτος: 2025-2026



Δεν είναι ταινία στο διαδίκτυο,  
πρόκειται για την πραγματική ζωή μας!

αντι-bullying δράση: Είμαστε κι εμείς μαζί

# STOP BULLYING

Όχι στο bullying,  
Ναι στη φιλία!

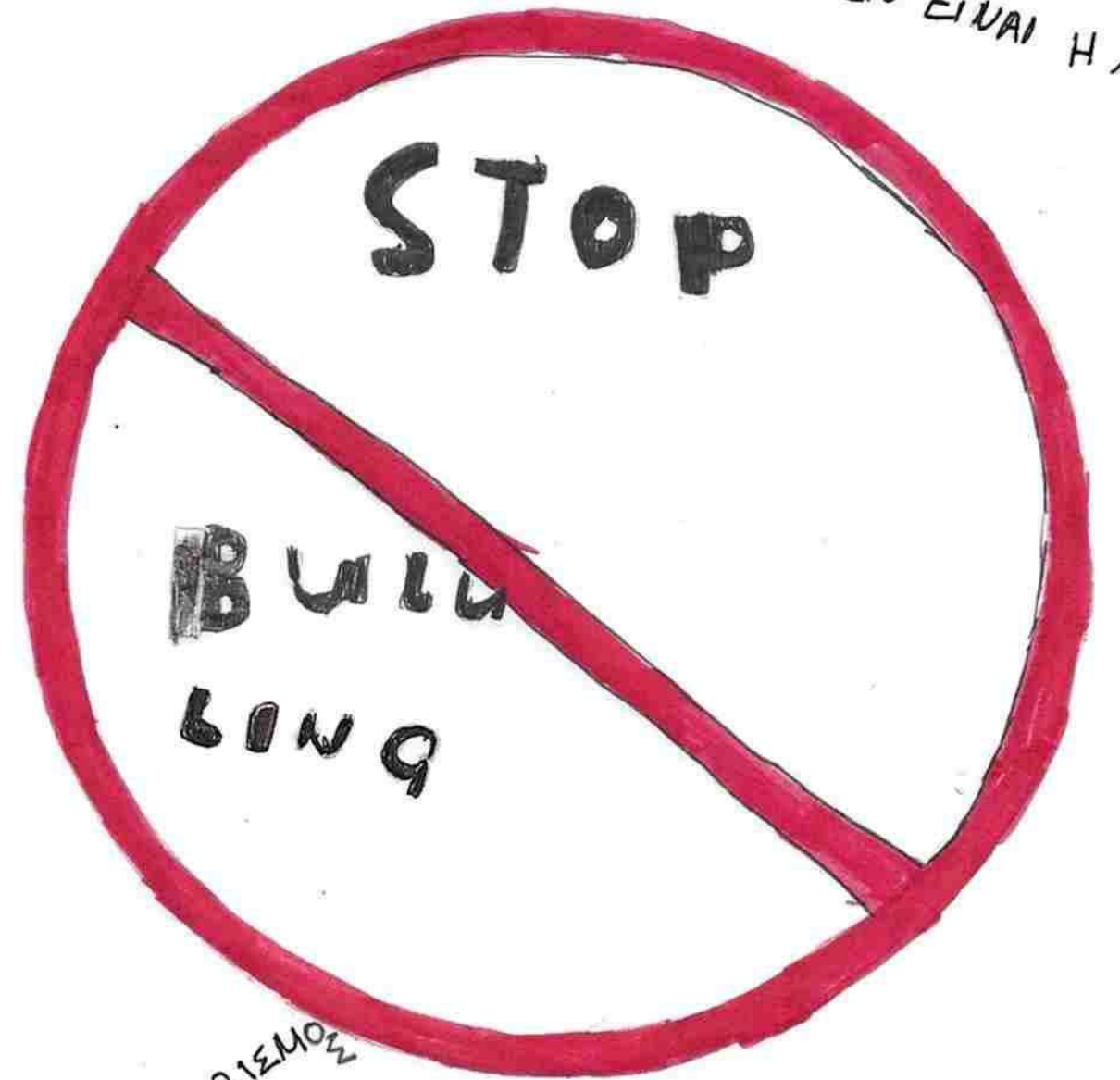
ΜΙΛΑ! ΔΕΝ  
ΕΙΣΑΙ ΜΟΝΟΣ!

Ο ΣΕΒΑΣΜΟΣ  
ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΜΗ!



Όχι αυτό bullying και εκφοβισμο στα σχολεία δεν είναι καλό να εκφοβίζουμε τους άλλους γιατί νιώθω άσχημα και σε χωριούνται. Επίσης που το κακούγε πρέπει να σκεφτείτε πως θα νιώθεται εγώ αν μας το εκφοβιστούν!

ΟΧΙ ΒΙΑΣΤΑ ΣΥΝΕΧΙΑ Ο ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ Η Α



ΚΑΤΩ Ο ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ



OXI  
BIA  
ΣΤΑ  
ΣΧΟΛΕΙΑ

ΣΤΑΜΑΤΗ  
ΣΤΕ ΤΟ  
ΜΠΟΥΛΙΝΓ  
!!!!

Το μπουλινγκ δεν είναι σωστό!!! Όλοι πρέπει  
να είμαστε φίλοι και να μην μαλώνουμε!!!



OXI

ΣΤΗ

ΒΙΑ

ΝΑΙ

OXI

620

ΣΤΗ

6 ΚΟΣΑΔΕ

ΦΙΛΙΑ

ΝΑΙ

620

ΦΩΣ

Το να εκφοβίζεις παιδιά  
δεν είναι μαγκιά....

Το να είσαι καλός φίλος  
είναι μαγκιά. —

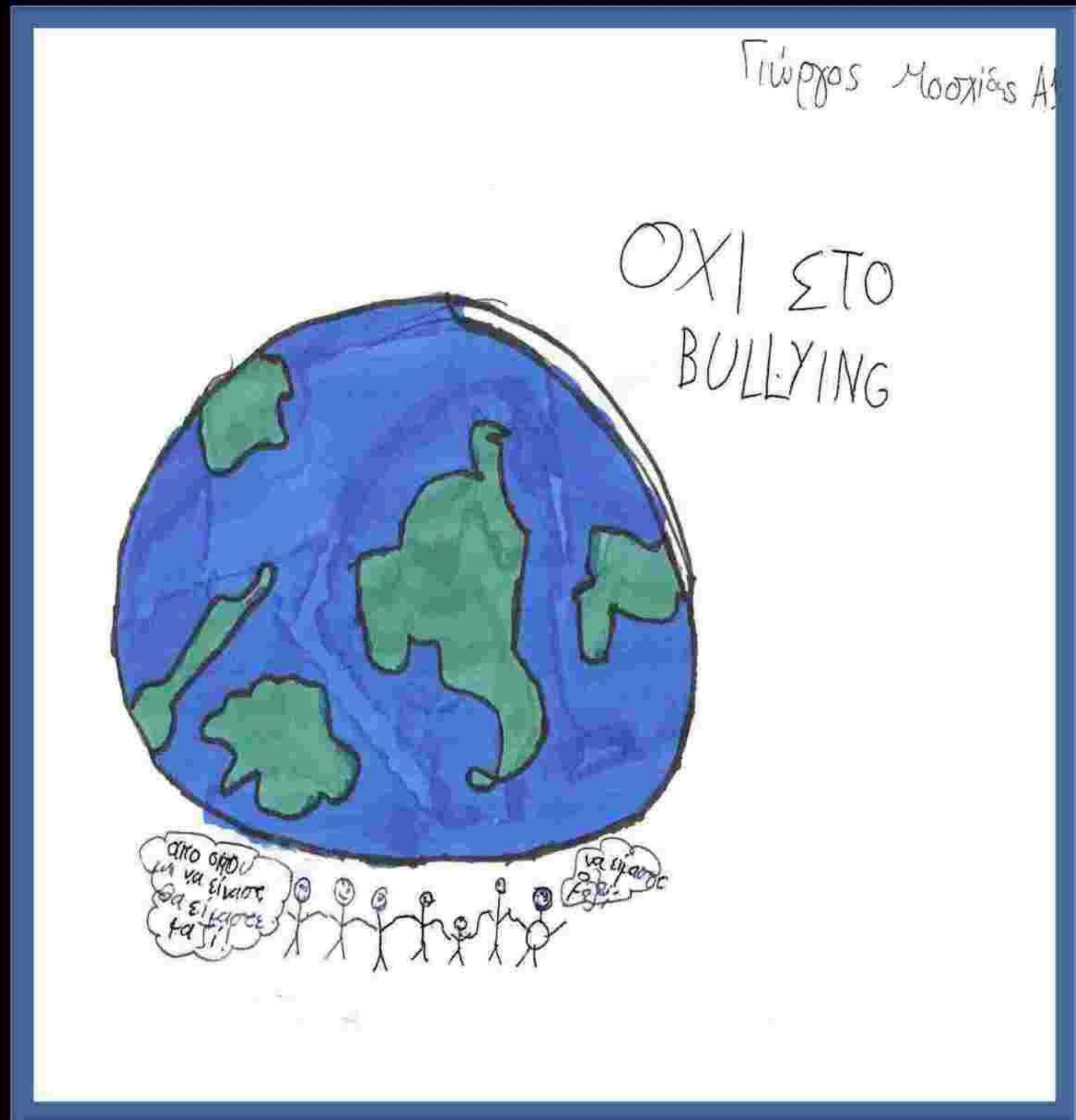
# OXI ΣΤΗ ΒΙΑ ΝΑΙ ΣΤΗ ΦΙΛΙΑ

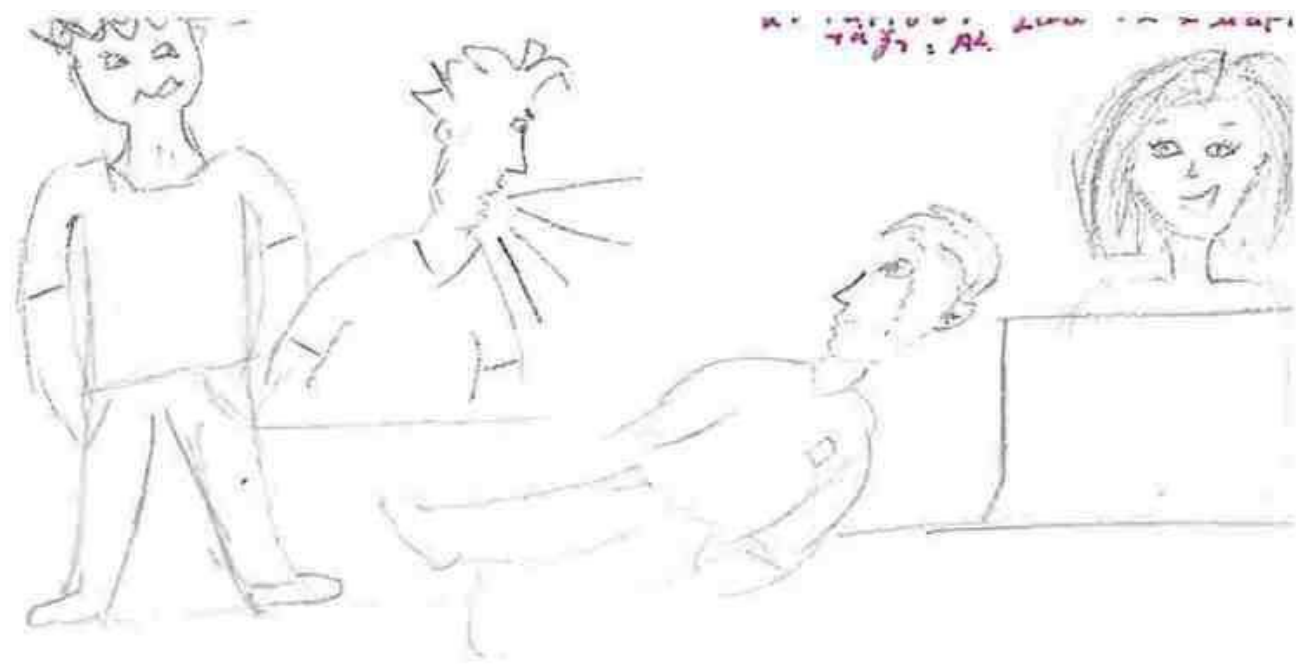
Ενημέρωση μαθητών για το Bulling τις  
Τετάρτη, 25/2/2026, Δευτέρα, 23/2/2026 και Δευτέρα  
2/3/2026: Γ' τάξη

- ① { 1<sup>η</sup> και 2<sup>η</sup> ώρα τα τμήματα Α1 και Α2  
3<sup>η</sup> και 4<sup>η</sup> ώρα τα τμήματα Α3 και Α4
- ② { 4<sup>η</sup> και 5<sup>η</sup> ώρα τα τμήματα Β1 και Β2  
5<sup>η</sup> και 6<sup>η</sup> ώρα τα τμήματα Β3 και Β4

Χώρος: το Γυμναστήριο  
το Bulling έχει καταλήξει  
στα ελληνικά σχολεία. Καλώς όμως να  
το σταματήσουμε!







## ΣΤΟΠ ΣΤΟΝ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ!

Μην είσαι απλός θεατής!  
Λάβε δράση!

Ρίξε το τείχος και μίλα!

Όλοι είναι διαφορετικοί  
&  
όλοι είναι ίσοι!

Μην επιτρέπεις να γίνονται  
οι συμμαθητές σου θύματα!

# ΣΤΑΜΑΤΗΣΤΕ ΤΗΝ ΒΙΑ



Για βοήθεια τηλεφώνησε στην γραμμή SOS 1056 για παιδιά από το καμπίο του παιδιού

# ΟΧΙ ΣΤΟ ΜΙΑ BULLING!

ΜΙΛΑ ΣΕ ΚΑΠΟΙΟΝ!

ΝΑΙ ΣΤΗ ΦΙΛΙΑ

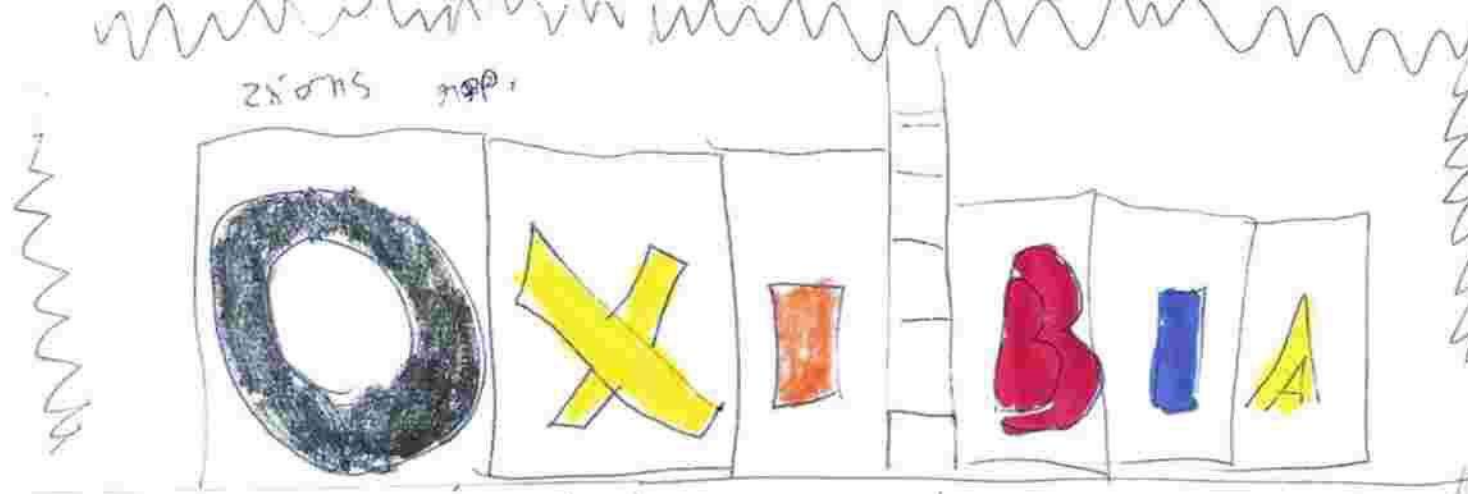
ΟΧΙ ΣΤΗ ΒΙΑ

ΣΕΒΑΣΟΥ ΤΟΝ ΑΛΙΟΝ



ΖΗΤΑ ΒΟΗΘΕΙΑ !!!

ΠΑΝΤΑ !!!

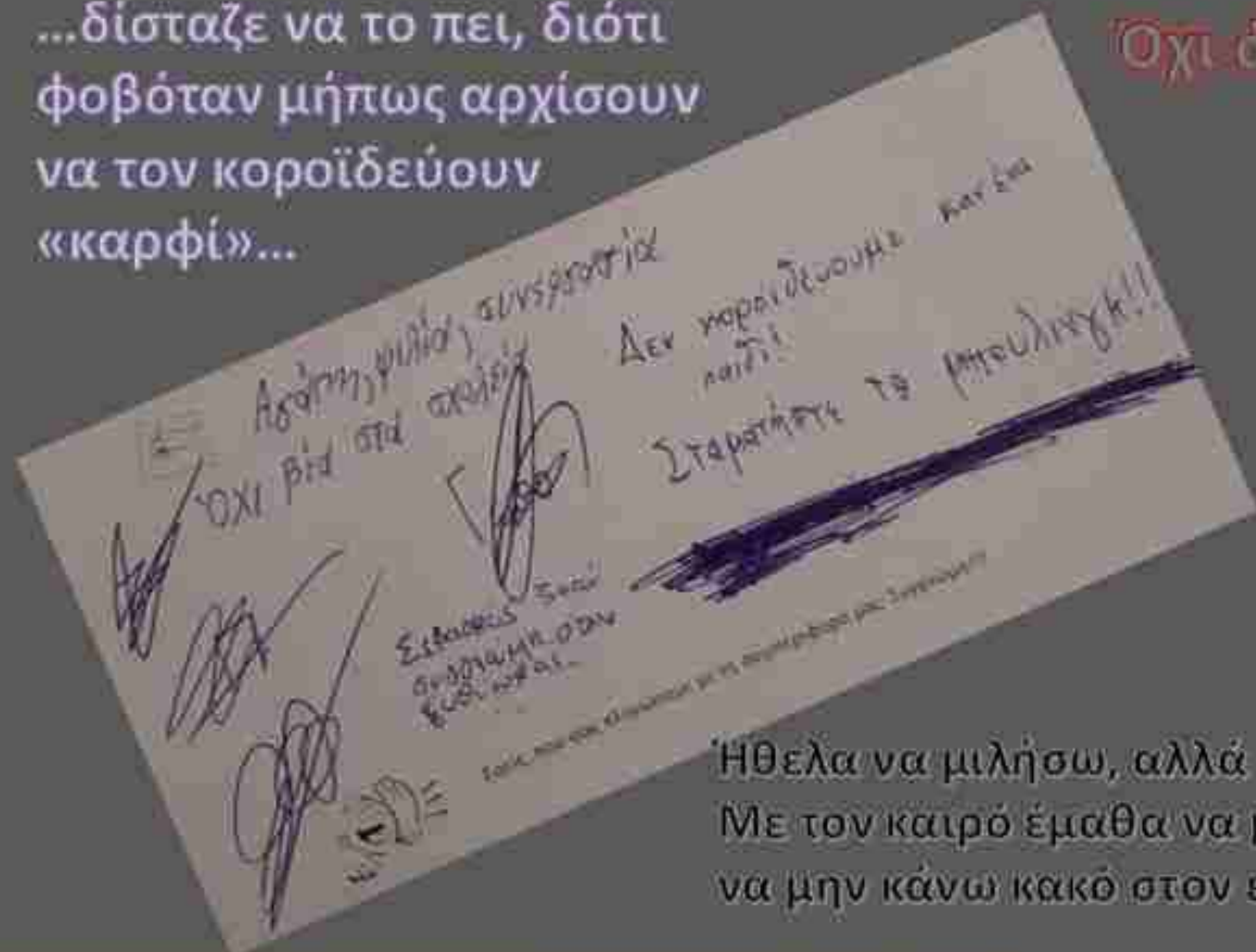


ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
Ενημέρωση για το BULLING ΤΕΤΑΡΤΗ  
25-2-2021 ώρα  
9.05-12.35

Γραφή SOS ΤΟΣΟ για παιδιά και Chef Χαρόδελο του Παιδιού  
Θα εστιαστεί και για όλα τα παιδιά για να γίνουν τα  
ΟΧΙ ΣΤΗ ΒΙΑ!



...δίσταζε να το πει, διότι φοβόταν μήπως αρχίσουν να τον κοροϊδεύουν «καρφί»...



Όχι άλλη βία, όχι άλλος πόνος!

Το σχολείο θα μπορούσε να οργανώσει μία παρουσίαση με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό με σκοπό να εκπαιδευτοποιήσει τους μαθητές και να τους μάθει πως να χειρίζονται καταστάσεις σαν κι αυτή. Εμείς θα μπορούσαμε να πάμε ανάμεσα από τα δύο παιδιά που τσακωνόνται και να τα χωρίσουμε λέγοντάς τα πως η βία δεν είναι η λύση.

Ήθελα να μιλήσω, αλλά ντρεπόμουν να το πω. Με τον καιρό έμαθα να μην τους ακούω, για να μην κάνω κακό στον εαυτό μου...

Αυτό που κατάλαβα είναι ότι ο καθένας πρέπει να αγαπάει τον εαυτό του, όπως και να μιλάει ανοιχτά για τον εκφοβισμό που δέχεται.

Τομεσοσχολείο

Ως παρατηρητές, πιστεύουμε ότι θα ήταν προτιμότερο να το έβλεπαν σε κάποιον καθηγητή. Θεωρούμε πως δεν αξίζει σε κανένα να του συμπεριφέρονται με τέτοιο τρόπο, δυστυχώς όμως, για κάποια παιδιά, είναι ο μόνος τρόπος να συμμορφωθούν.

...Ο λόγος του καυγά ήταν ότι ένας μαθητής φορούσε μια μπλούζα της αγαπημένης του ομάδας και όταν ο συμμαθητής του παρατήρησε την μπλούζα που φορούσε, νευρίασε και προσπάθησε να του την σκίσει, διότι δεν του άρεσε. Ο μαθητής αντέδρασε και χτύπησε τον συμμαθητή του στα χέρια, για να αφήσει την μπλούζα του.

«...γιατί κανένας δεν έχει το δικαίωμα να χτυπάει και να μιλάει άσχημα ή να προσβάλλει κάποιον άλλο.»

Κάντε τη φωνή σας δυνατή  
κατά της βίας



STOP  
BULLYING  
NOW!!!



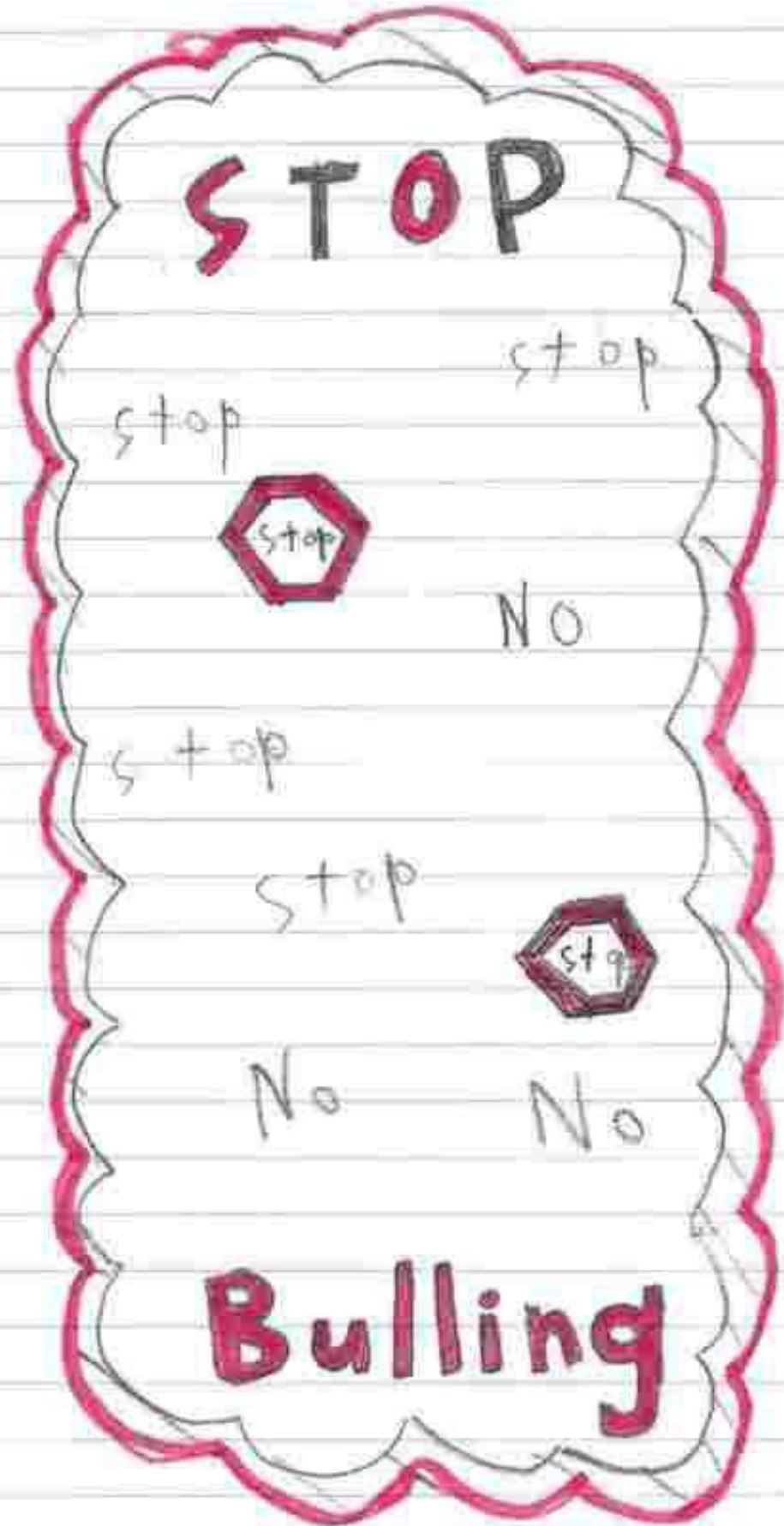
Γνωρίζετε αυτές τις λέξεις;  
Να δοκιμάσουμε να τις  
βάλουμε στη ζωή μας;



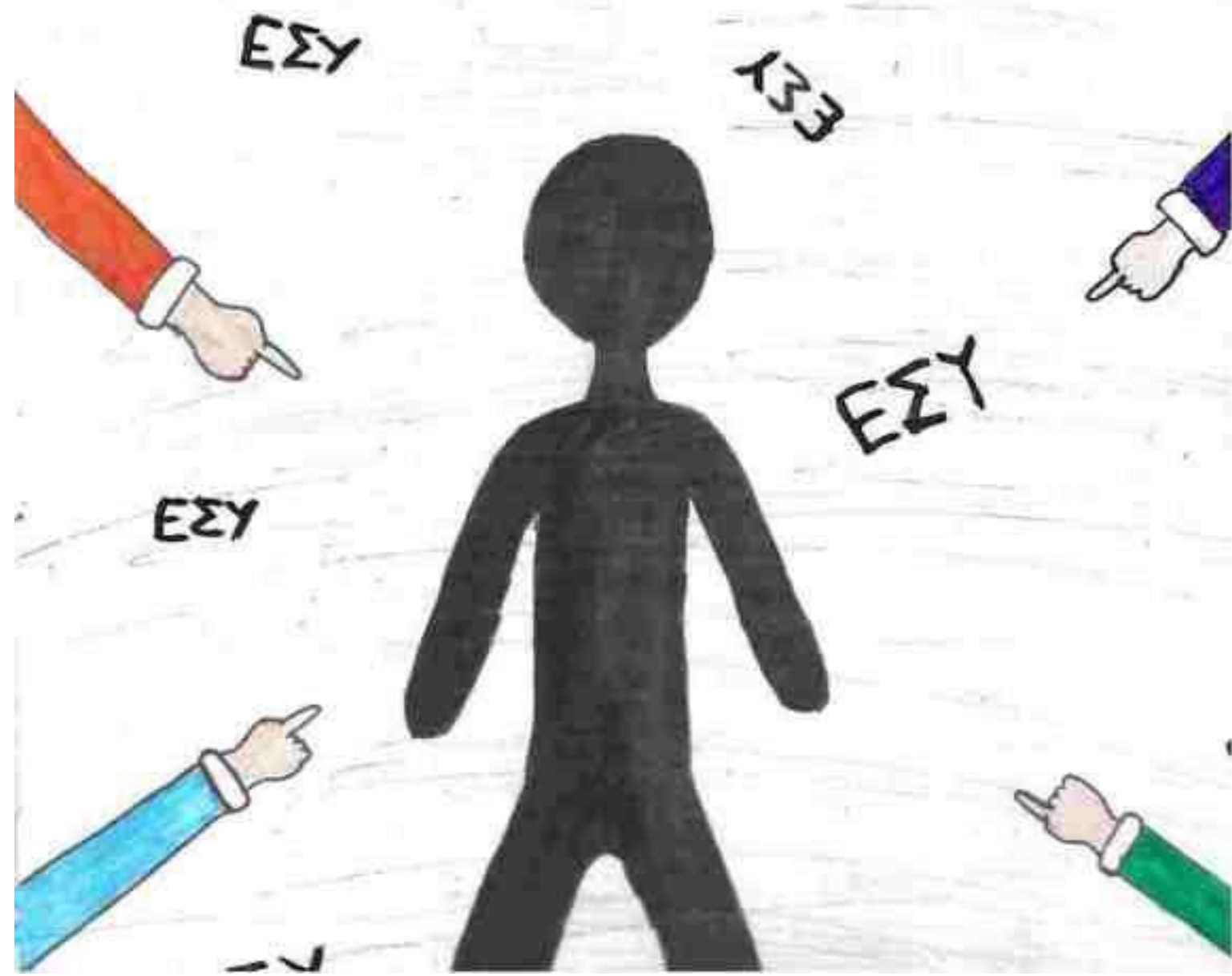
## — Η εργαλειοθήκη του αυτοελέγχου μου —



# ΣΤΑΜΑΤΗΣΤΕ



ΠΙΝΕ ΕΣΥ Ο  
ΠΡΩΤΟΣ ΠΟΥ ΘΑ  
ΣΤΑΜΑΤΗΣΕΙ ΤΟΙ  
ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ!



ΛΕΜΕ ΟΧΙΣΤΟ

BULLYING

ΟΧΙ ΣΤΗ ΒΙΑ

ΝΑΙ ΣΤΗΝ ΦΙΛΙΑ

Ξε έναν κόσμο  
χωρίς bullying θα  
υπάρξει ΠΑΝΤΑ  
ΧΑΡΑ

No bullying

Οχι bullying



# Δείξε Ενουναίσθηση!

**Καρφί** είναι αυτός που καταδίδει κάποιον μυστικά, κινούμενος από ιδιοτελή και κατώτερα κίνητρα (από κακία ή ζήλια ή εμπάθεια ή μοχθηρία)

Το να μιλάς και να μην καλύπτεις την κακοποιητική συμπεριφορά είναι:

-  **Ανθρωπιά**
-  **Αλληλεγγύη**
-  **Συμπαραίσταση**
-  **Βοήθεια** σε κάποιον που σε χρειάζεται!
-  **Η φωνή σου μπορεί** αλλάξει μια ζωή!





*«Δεν είδα»*

*«Δεν κοίταξα»*

*«Δεν κατάλαβα τίποτα»*

*«Δεν ήμουν εγώ»*

*«Εγώ δεν έκανα κάτι. Ρωτήστε  
και τον φίλο μου»*

*- Εσένα σε νοιάζει; ΣΕ  
νοιάζει καθόλου;;;*

*- Ναι, αλλά δεν το δείχνω...  
Φόρεσα πάλι τη μάσκα μου  
και πέρασα ανώδυνα τη  
μέρα μου! Κοίτα, τώρα δεν  
με νοιάζει, χαμογελώ...*

*- Άνοιξε τα μάτια σου, αυτή η  
μάσκα σε ναρκώνει, δεν σε  
αφήνει να δεις καθαρά...*

# Το απόλυτο δίχτυ ασφαλείας

Η Εθνική Τηλεφωνική Γραμμή  
για τα Παιδιά SOS 1056 λειτουργεί  
από «Το Χαμόγελο του Παιδιού».

Δωρεάν.

Ανώνυμα.

Στη διάθεση  
κάθε παιδιού  
και ενήλικα.

Για να μιλήσεις  
με κάποιον  
ψυχολόγο.

Επικοινωνήσε και μέσω της εφαρμογής CHAT 1056.

Επικοινωνήσε και μέσω της εφαρμογής CHAT 1056.