



## Ηράκλειο

**Κ.Ο.Π.Α. Δειλινών**  
Αντώνης Πουλάκης  
Τηλ. 6984149557

**Κ.Ο.Π.Α. Κέντρου Αγ. Μηνά**  
Μιχάλης Κοκοτάκης  
Τηλ. 6973988167

**Κ.Ο.Π.Α. Μασταμπά**  
Γιάννης Μουζάς  
Τηλ. 6977077646

**Κ.Ο.Π.Α. Ν. Αλικαρνασσού**  
Αντώνης Πουλάκης  
Τηλ. 6984149557

**Κ.Ο.Π.Α. Γαζίου/Μαλεβιζίου**  
Βασίλης Φασουλάκης  
Τηλ. 6974706380

**Κ.Ο.Π.Α. Αγ. Βαρβάρας**  
Γιάννης Λεστάκης  
Τηλ. 6942687458

**Κ.Ο.Π.Α. Αρκαλοχωρίου**  
Σπύρος Χαλαμπαλάκης  
Τηλ. 6980617177

## Ρέθυμνο

**Κ.Ο.Π.Α. Ρεθύμνου**  
Καίτη Ζαχειλά  
Τηλ. 6979294770  
Μαρία Ζουρμπάκη  
Τηλ. 6978112602

**24ωρη Γραμμή SOS**  
Τηλ. 6947349344

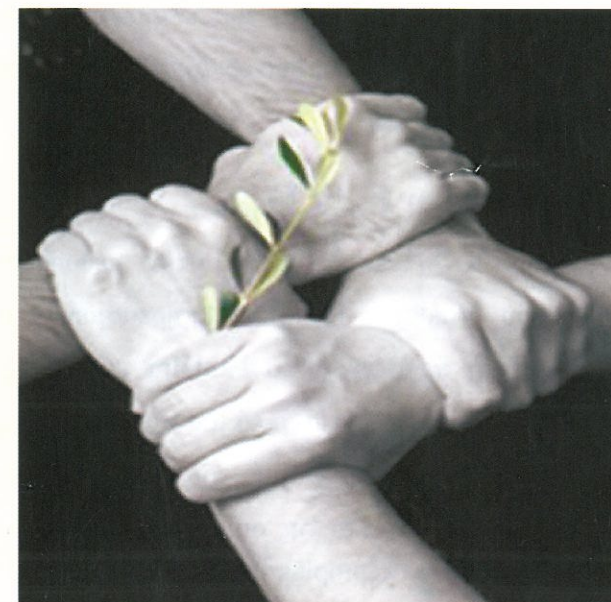
**Αλκοολογικό Ιατρείο**  
Ραντεβού 2810542107  
2810542108/109

**Κοινωνική Υπηρεσία**  
Νεκταρία Λιοδάκη  
Τηλ. 2810392217

Υπό την Αιγίδα της 7<sup>ης</sup> ΥΠΕ



Μια μέθοδος για να αλλάξουμε τρόπο ζωής



Υπό την Αιγίδα της 7<sup>ης</sup> ΥΠΕ



## Τι είναι το Κ.Ο.Π.Α;

Το Κλαμπ Οικογενειών με Προβλήματα από το Αλκοόλ (Κ.Ο.Π.Α.) αποτελεί μία ανοικτή πολυοικογενειακή κοινότητα. Τα μέλη της ομάδας μπορεί να διαφέρουν ως προς το φύλο, την ηλικία, το επάγγελμα, την εκπαίδευση, τους τρόπους ζωής κ.α., όμως αυτό που τους ενώνει είναι τα προβλήματα που έχουν βιώσει στο οικογενειακό τους περιβάλλον εξαιτίας του αλκοόλ, καθώς και η επιθυμία τους για αλλαγή. Τα μέλη του κλαμπ δεν θεωρούνται "άρρωστα" και στόχος του κλαμπ δεν είναι η θεραπεία τους, αλλά η αλλαγή του τρόπου ζωής τους.

## Μεθοδολογία του Κ.Ο.Π.Α.

Η λειτουργία των Κ.Ο.Π.Α. βασίζεται στην μεθοδολογία του Κροάτη ψυχιάτρου Vladimir Hudolin. Επηρεασμένος από την οικολογική κοινωνική προσέγγιση, ο Hudolin υποστήριξε ότι ο αλκοολισμός δεν είναι μια ασθένεια αλλά μια συμπεριφορά, η οποία διαταράσσει την ομαλή λειτουργία τόσο του ίδιου του ατόμου που κάνει χρήση της ουσίας, όσο και της οικογένειας του. Γι' αυτό το λόγο η παρέμβαση δεν περιορίζεται μόνο στο άτομο αλλά επεκτείνεται και στην οικογένεια.

Υπό την Αιγίδα της 7<sup>ης</sup> ΥΠΕ



## Τι συμβαίνει μέσα στο Κ.Ο.Π.Α;

Το Κ.Ο.Π.Α. δουλεύει με απλούς κανόνες. Στις συναντήσεις συμμετέχουν οι οικογένειες και ένας εκπαιδευμένος στη μεθοδολογία εθελοντής ο οποίος ονομάζεται *υπηρέτης-δάσκαλος*. Οι συναντήσεις διαρκούν μιάμιση ώρα και λαμβάνουν χώρα μία φορά την εβδομάδα. Κατά την διάρκεια των συναντήσεων τα μέλη μιλούν για τον εαυτό τους μέσα σε ένα κλίμα σεβασμού, κατανόησης, αλληλοβοήθειας, ενθάρρυνσης και αλληλεγγύης.



Υπό την Αιγίδα της 7<sup>ης</sup> ΥΠΕ

