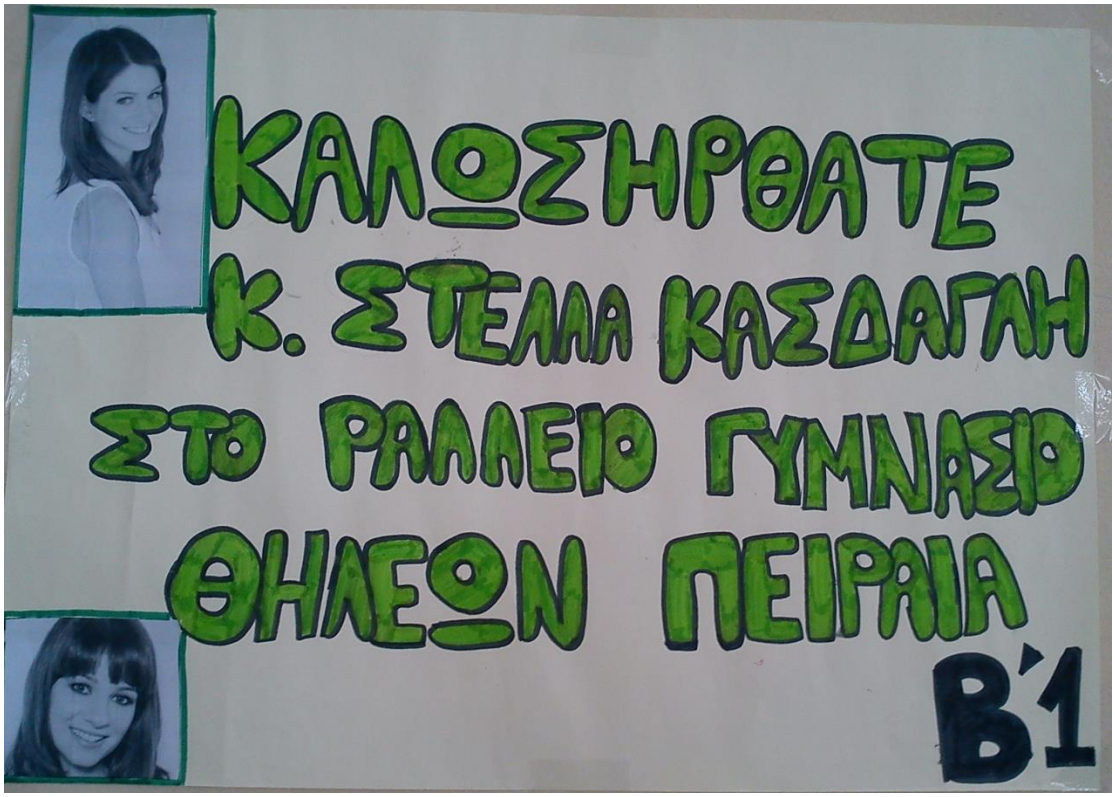
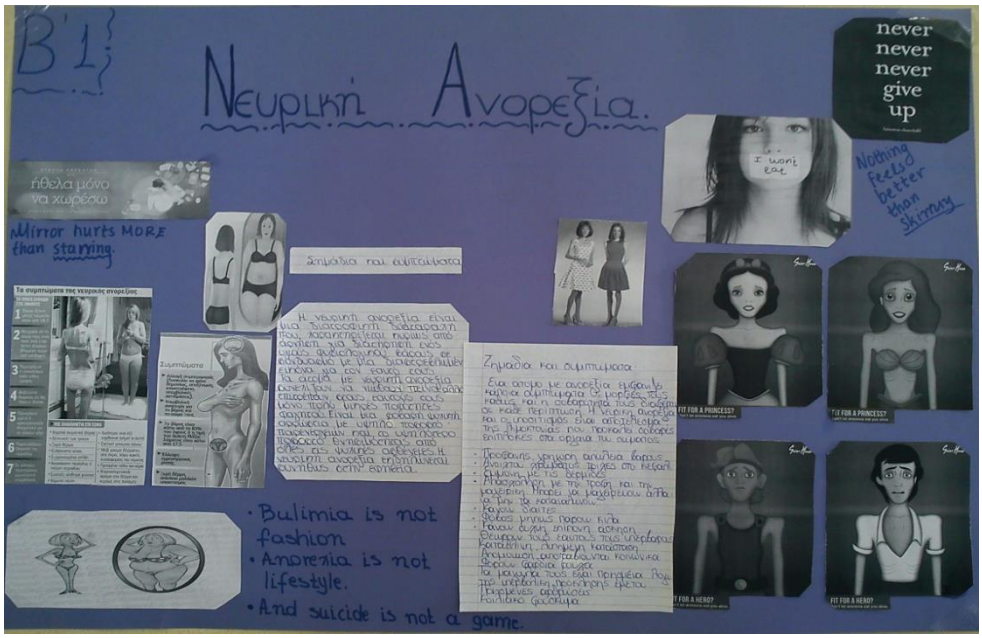


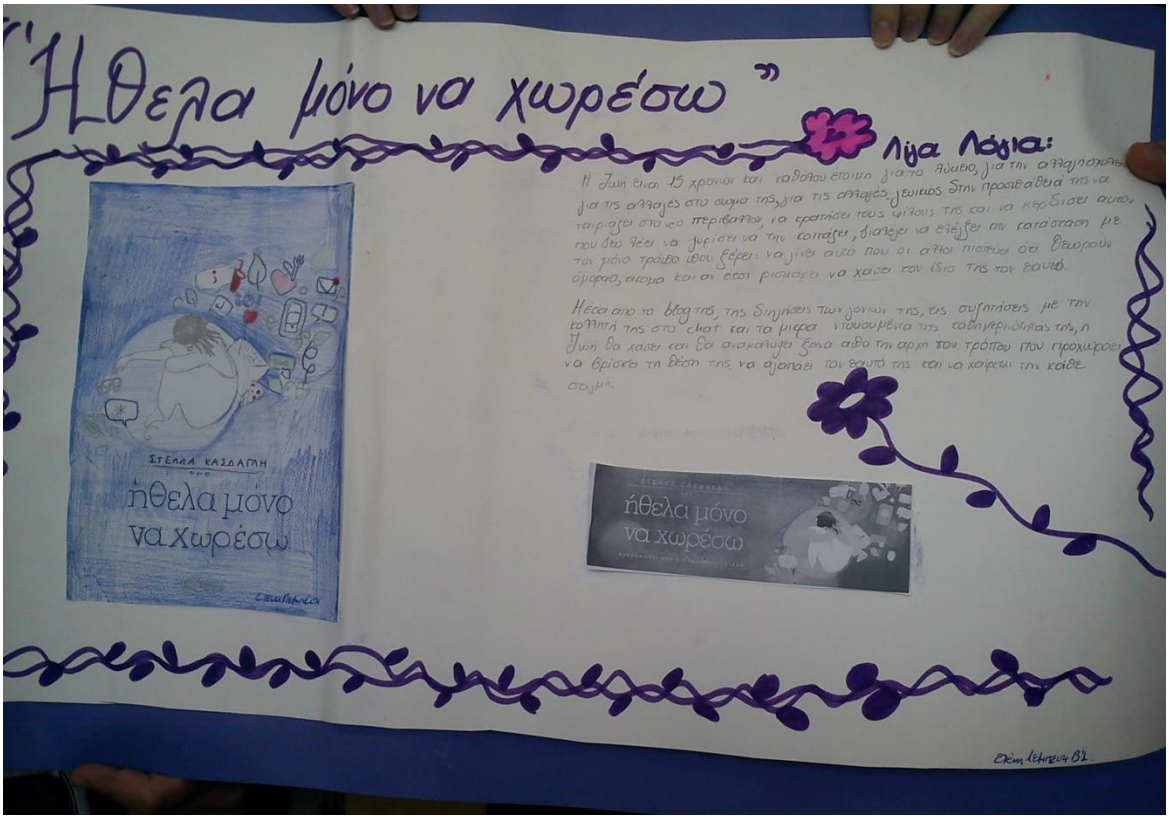

**Η ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΤΗΣ κ. ΣΤΕΛΛΑΣ ΚΑΣΔΑΓΛΗ ΣΤΟ ΡΑΛΛΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΘΗΛΕΩΝ ΠΕΙΡΑΙΑ**

Την Τετάρτη 18 Μαρτίου 2015 είχαμε τη χαρά να υποδεχτούμε στο σχολείο μας την κ. Στέλλα Κάσδαγλη, στο πλαίσιο του μαθήματος της Οικιακής Οικονομίας της Β΄ Γυμνασίου, με αφορμή το βιβλίο που έχει γράψει σχετικά με τις διαταραχές πρόσληψης τροφής (νευρική ανορεξία) και τα προβλήματα της εφηβείας, **«Ήθελα μόνο να χωρέσω».**

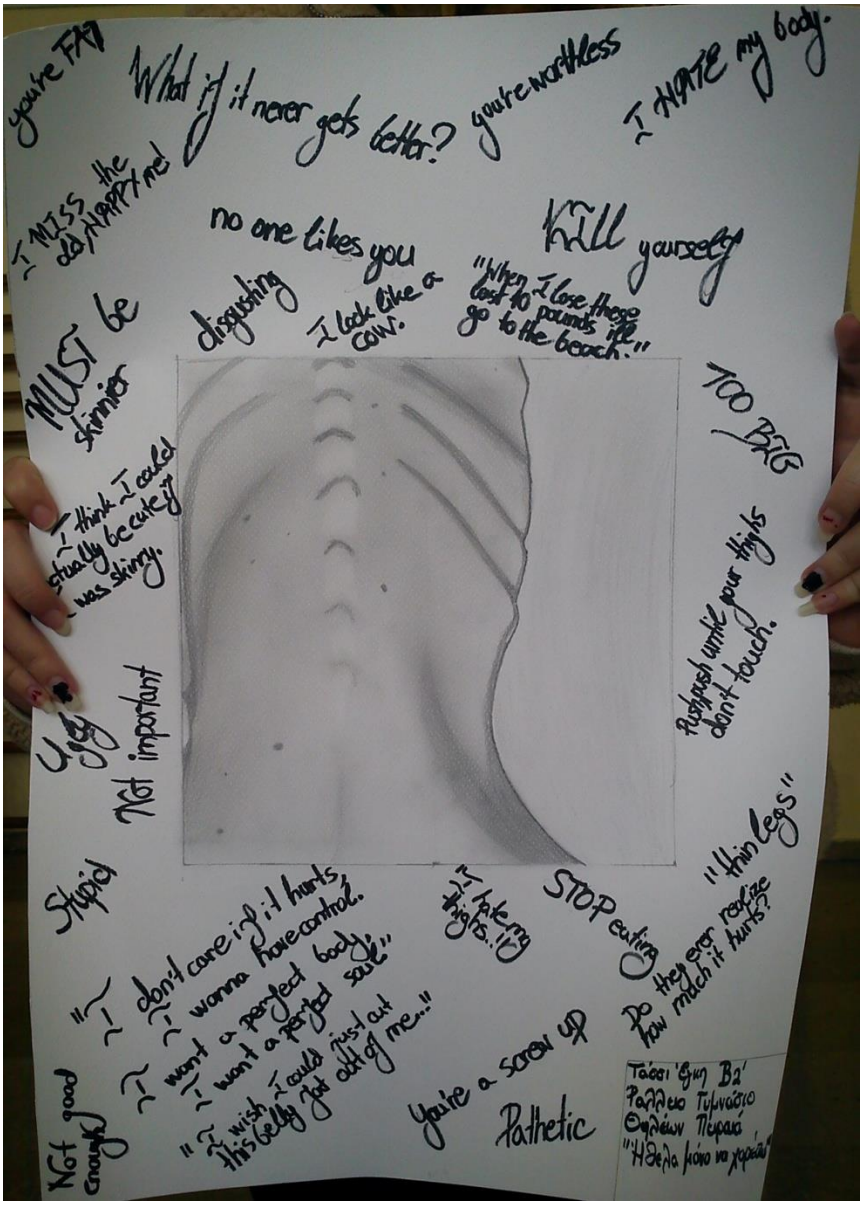


Η κ. Κάσδαγλη, αφού παρακολούθησε μια παρουσίαση σχετικά με τα βιογραφικά της στοιχεία και το θέμα της νευρικής ανορεξίας, που είχαν ετοιμάσει οι μαθήτριες του Β1 Βουραντά Δέσποινα, Δημάκη Μαίρη, Σελίμι Χρύσα και Σταματιάδη Κατερίνα, είχε μια πολύ ενδιαφέρουσα και εποικοδομητική συζήτηση με τις μαθήτριες της Β΄ γυμνασίου σχετικά με το θέμα των διατροφικών διαταραχών και τα προβλήματα της εφηβείας γενικότερα.

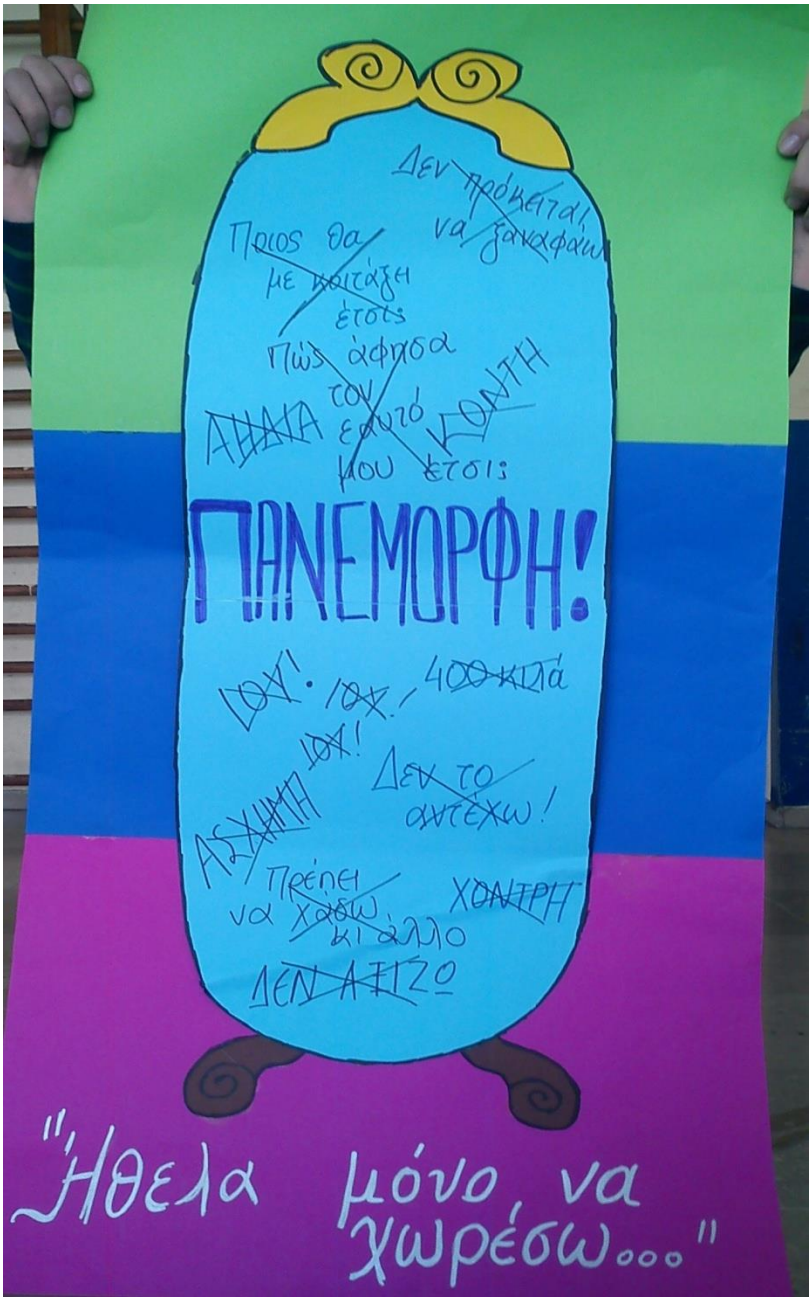
Στο τέλος της εκδήλωσης η κ. Κάσδαγλη υπέγραψε το βιβλίο της και το κάθε τμήμα της έδωσε αναμνηστικές αφίσες.




Τμήμα Β1 – Την αφίσα φιλοτέχνησε η μαθήτρια Ελένη Λεμπέση.




Τμήμα Β2 – Την αφίσα φιλοτέχνησε η μαθήτρια Έγκη Τάσσι.




Τμήμα Β3 – Την αφίσα φιλοτέχνησε η μαθήτρια Χριστίνα Διονέλλη.

**Οι μαθήτριες εκφράζουν τις εντυπώσεις τους από τη συζήτησή τους με την κ. Κάσδαγλη.**

Νιώθω πολύ τυχερή που είχα την ευκαιρία να γνωρίσω τη συγγραφέα του βιβλίου «Ήθελα μόνο να χωρέσω» κ. Στέλλα Κάσδαγλη. Με συνεπήρε ο λόγος της που ήταν άμεσος και ακουμπούσε στα προβλήματα της ηλικίας μας. Ρούφηξα κάθε της κουβέντα που αφορούσε τα δικά της βιώματα, τις δικές της επιλογές.

Έχοντας διαβάσει το βιβλίο, είχα ήδη συγκλονιστεί με την ιστορία της. Ζωής. Σκέφτηκα πόσο εύκολο είναι ένας έφηβος να περπατά σε δύσβατα μονοπάτια άκρως επικίνδυνα για τη σωματική και ψυχική του ακεραιότητα.

Όταν συνάντησα τη συγγραφέα στο σχολείο μου και διαπίστωσα πως κατά βάση το βιβλίο της είναι αυτοβιογραφικό, κατάλαβα γιατί η ανάγνωσή του μου δημιούργησε τόσο έντονα συναισθήματα.

Σκέφτομαι πως τέτοιοι άνθρωποι που παλεύουν, αγωνίζονται, ματώνουν, αλλά στο τέλος τα καταφέρνουν, δε μπορούν παρά να είναι φωτεινά παραδείγματα στις δικές μας ζωές.

Κα Στέλλα Κάσδαγλη απλά σας ευχαριστώ….

Κατερίνα Μπαξεβανάκη, Β1

Η συνάντησή μας με την κ. Κάσδαγλη μου άρεσε πάρα πολύ. Η κ. Κάσδαγλη ήταν ευγενική, χαμογελαστή και δημιούργησε ένα πολύ οικείο κλίμα ανάμεσα σε εκείνη και τα παιδιά. Αυτό που μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση είναι πως αν και πέρασε μια τόσο δύσκολη φάση στη ζωή της, μπόρεσε να τη μοιραστεί με χιλιάδες ανθρώπους μέσα από ένα βιβλίο για το οποίο συζητάει με άλλους ανθρώπους όπως εμάς τα παιδιά. Επίσης, έβαλε κι άλλα στοιχεία στην παρουσίασή της, τα οποία δεν τα αναφέρει στο βιβλίο, αλλά έχουν προκύψει από την εμπειρία της.

Ευηλίνα Νεαμονίτη, Β2

Η επίσκεψη της κ. Κάσδαγλη στο σχολείο μας ήταν πάρα πολύ ενδιαφέρουσα και πολύ βοηθητική σε φλέγοντα θέματα τα οποία απασχολούν πολύ τα κορίτσια της ηλικίας μας.

Μας μίλησε για τις δικές της προσωπικές εμπειρίες και μας έδωσε να καταλάβουμε τη σοβαρότητα αυτής της ψυχικής ασθένειας. Μας είπε πως πρέπει να αγαπάμε το σώμα μας έτσι όπως είναι και πως τα προβλήματά μας δε θα λυθούν αν στερούμαστε φαγητό για να αδυνατίσουμε.

Μας μίλησε επίσης για τις αιτίες της νευρικής ανορεξίας και πως με προσπάθεια και θέληση μπορούμε να την ξεπεράσουμε. Μας έκανε να νιώθουμε άνετα και μας έδειξε τη χρησιμότητα της καλής διατροφής.

Σας ευχαριστούμε πολύ κ. Κάσδαγλη!

Πλυτά Ραφαέλα, Β2

Αρχικά προσφέραμε στην κ. Κάσδαγλη τις αφίσες και τις παρουσιάσεις που είχαμε φτιάξει και αφορούσαν εκείνη.

Αφού μας συστήθηκε και μας ανέλυσε το θέμα της νευρικής ανορεξίας και τη δική της εμπειρία, ήταν πρόθυμη να μας λύσει όλες τις απορίες που αφορούσαν το θέμα αυτό, μας είπε μάλιστα πως η νευρική ανορεξία δεν ήταν το μόνο πρόβλημα που αντιμετώπισε στην παιδική της ηλικία, αλλά και το bullyingγια το οποίο μας έλυσε επίσης κάποιες απορίες.

Ύστερα μας μίλησε για την αγαπημένη της κορούλα, τη Στεφανία και έδειξε την αγάπη και τη φροντίδα που θα της δείξει καθώς μεγαλώνει.

Μας παρουσίασε το πρόβλημα της νευρικής ανορεξίας ως ψυχική διαταραχή και ότι δεν ευθύνεται η τροφή γι’ αυτό. Μας είπε πως οι άνθρωποι που κάνουν αυτό το κακό στον εαυτό τους σκάφτονται πως δεν κάνουν τίποτα σωστό και μπορούν να κάνουν κάτι που έχουν την ευκαιρία να κάνουν επιτυχημένα, δηλαδή να διαταράσσουν τη διατροφή τους. Ύστερα μας τόνισε πως ο μόνος τρόπος για να λυθεί είναι η ψυχική θεραπεία.

Με όλη την αγάπη που έδειξε σε μας την αγαπήσαμε και τη συμπαθήσαμε πολύ!

Αφροδίτη Ψαρράκη, Β3