



ΕΛΛΗΝΙΚΗ
ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕ
ΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ

Νέα Σμύρνη, 08-11-2024

Αρ. Πρωτ.: 17088

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Π.Ε. & Δ.Ε. ΑΤΤΙΚΗΣ
Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Δ' ΑΘΗΝΑΣ
ΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ
ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

Ταχ. Δ/ση : Λεωφόρος Συγγρού 165

Τ.Κ.-Πόλη : 17121 - Νέα Σμύρνη

Πληροφορίες : Δ. Μπεκατώρου

Ιστοσελίδα : <http://dipe-athin.att.sch.gr>

<https://blogs.sch.gr/dimbekator/> Email

: dbekagogiygeias@gmail.com

Τηλέφωνο: 2131617456

ΠΡΟΣ:

Εκπαιδευτικούς όλων των ειδικοτήτων
σχολικών μονάδων Δ/νσης Π.Ε. Δ' Αθήνας

ΚΟΙΝ:

Συμβούλους Εκπαίδευσης Π.Ε. Δ' Αθήνας

**Πρόσκληση συμμετοχής εκπαιδευτικών σε επιμορφωτικό σεμινάριο:
«Η Πυξίδα του Εαυτού Μου»**

Σας ενημερώνουμε ότι η Δ' Διεύθυνση Π.Ε. Αθήνας, δια της Υπεύθυνης Αγωγής Υγείας, σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού-Διεύθυνση Κοινωνικής και Αναπτυξιακής Παιδιατρικής και τον Υπεύθυνο Αγωγής Υγείας της Α' Διεύθυνσης Π.Ε. Αθήνας, διοργανώνει επιμόρφωση για το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Κοινωνικής & Συναισθηματικής Αγωγής για Μαθητές/Μαθήτριες Γ', Δ' και Ε', Στ' Τάξης Δημοτικού Σχολείου με θέμα:

«Η Πυξίδα του Εαυτού Μου»

Σύντομη περιγραφή της Επιμόρφωσης: Σκοπός της επιμόρφωσης είναι η εξοικείωση των εκπαιδευτικών με το πρόγραμμα «Η Πυξίδα του Εαυτού Μου», το οποίο στοχεύει στην ενδυνάμωση των παιδιών μέσα από τη μάθηση δεξιοτήτων ζωής. Τα παιδιά μαθαίνουν να έρχονται σε επαφή με την «Πυξίδα του Εαυτού» τους, ένα ήσυχο και ασφαλές μέρος μέσα τους, απ' όπου μπορούν να παρατηρούν ό,τι βιώνουν την παρούσα στιγμή με μεγαλύτερη επίγνωση, ώστε να είναι σε θέση να επιλέγουν πώς θα ανταποκριθούν κατάλληλα στα γεγονότα της καθημερινότητας για να νιώθουν καλά.

Το σεμινάριο καλύπτει τα παρακάτω θέματα:

- Η φιλοσοφία και οι μέθοδοι του προγράμματος **Η Πυξίδα του Εαυτού Μου**.
- Η ψυχο-συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού και η συμβολή του εκπαιδευτικού.
- Η μέθοδος της επίγνωσης (Mindfulness) στην κοινωνική και συναισθηματική αγωγή.
- Παρουσίαση του εκπαιδευτικού υλικού **Η Πυξίδα του Εαυτού Μου**.

- Βιωματική εξοικείωση με τις πρακτικές του προγράμματος.
- Κατανόηση και διαχείριση της δυναμικής της τάξης.
- Αξιολόγηση του προγράμματος.
- Υλοποίηση και Εποπτεία.

Η επιμόρφωση θα διεξαχθεί σε τρεις συναντήσεις (διαδικτυακές και δια ζώσης):

Τετάρτη, 4 Δεκεμβρίου 2024, 18.00-20.00μ.μ μέσω Zoom

Τετάρτη, 11 Δεκεμβρίου 2024, 18.00-20.00μ.μ μέσω Zoom

Σάββατο, 14 Δεκεμβρίου 2024, 10.00 πμ-13.00 μ.μ, δια ζώσης, στο [Κέντρο Υγείας Παιδιού Καισαριανής](#)

Σολομωνίδου και Φιλαδελφείας, Τηλ. Επικοινωνίας:210-7233872.

Εισηγήτριες:

Ηλέκτρα Μπάδα, Πολιτισμική Ανθρωπολόγος, Εθνική Συντονίστρια Σχολείων για την Υγεία στην Ευρώπη (SHENetwork), επιστημονική υπεύθυνη προγράμματος Η Πυξίδα του Εαυτού Μου, Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Διεύθυνση Κοινωνικής και Αναπτυξιακής Παιδιατρικής (www.ich-ddsp.gr).

Μαρία Βλαβιανού, Κλινική Ψυχολόγος, Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Κέντρο Υγείας του Παιδιού Καισαριανής.

Για να δηλώσετε συμμετοχή, παρακαλούμε να συμπληρώσετε τη φόρμα συμμετοχής και θα σας αποστείλουμε, μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, τον σύνδεσμο παρακολούθησης του Σεμιναρίου μέχρι και την **Παρασκευή 29 Νοεμβρίου**: <https://forms.gle/MmW3UBMqoYKVYRKu6>

(Λόγω περιορισμένων θέσεων στο βιωματικό σεμινάριο, θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας).

*Συνιστάται η πλήρης παρακολούθηση του Σεμιναρίου ως προϋπόθεση για την εφαρμογή του προγράμματος στην τάξη. Στο τέλος του Σεμιναρίου, δίνεται το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος και βεβαίωση παρακολούθησης.

Η Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας

Δήμητρα Μπεκατώρου

Ο Διευθυντής Π. Ε. Δ' Αθήνας

Ιωάννης Ν. Κουμέντος