



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ &
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π. & Δ. ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Α' ΑΘΗΝΑΣ
Ταχ. Δ/νση: Χίου 16-18, Τ.Κ. 104 38, Αθήνα
Ιστοσελίδα: <http://dipe-a-athin.att.sch.gr>
E-mail: mail@dipe-a-athin.att.sch.gr
Τηλ.: 2144069101
ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ
Τριαντάφυλλος Δούκας
agogiygeias@yahoo.gr
Τηλ.: 2144069359

Αθήνα, 14-11-2024

Αρ. Πρωτ.: 37932

ΠΡΟΣ: Τα Δημοτικά Σχολεία της Δ/νσης
Π.Ε. Α' Αθήνας
Έδρες τους
ΚΟΙΝ.: - κ.κ. Σύμβουλοι Εκπαίδευσης ΔιΠΕ
Α' Αθήνας
- Ινστιτούτο Υγείας Παιδιού Καισαριανής

ΘΕΜΑ: Επιμορφωτικό σεμινάριο Αγωγής Υγείας:

«Η Πυξίδα του Εαυτού Μου»

Σας ενημερώνουμε ότι η Διεύθυνση Π.Ε. Α' Αθήνας, δια του Υπεύθυνου Αγωγής Υγείας, σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού- Διεύθυνση Κοινωνικής και Αναπτυξιακής Παιδιατρικής και την Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας της Διεύθυνσης Π.Ε. Δ' Αθήνας, διοργανώνουν 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, 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, 18.00-20.00 μ.μ μέσω Zoom

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

Σάββατο, 14 Δεκεμβρίου 2024, 10.00 πμ-13.00 μ.μ, δια ζώσης, στο [Ινστιτούτο Υγείας Παιδιού Καισαριανής](#), Σολομωνίδου και Φιλαδελφείας, πίσω από το Γήπεδο Νήαρ Ήστ, Σκοπευτήριο, Καισαριανή, (Λεωφορείο 224 από τον Ευαγγελισμό 8η ή 9η στάση Καισαριανής). Τηλέφωνο Επικοινωνίας: 210-7233872.

Εισηγήτριες:

Ηλέκτρα Μπάδα, Πολιτισμική Ανθρωπολόγος, Εθνική Συντονίστρια Σχολείων για την Υγεία στην Ευρώπη (SHE Network), 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 2024**: <https://forms.gle/MmW3UBMqoYKVYRKu6>

Λόγω περιορισμένων -15 συνολικά- θέσεων στο **βιωματικό** και μόνο σεμινάριο της τρίτης ημέρας (14.12.2024), θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας, με βάση όσους/όσες επιθυμούν να εφαρμόσουν το πρόγραμμα στην πράξη. Στην τρίτη, διά ζώσης -βιωματική, επιμορφωτική συνάντηση θα συμμετέχουν όσοι/όσες θα δηλώσουν συμμετοχή στην ηλεκτρονική φόρμα η οποία θα κοινοποιηθεί ηλεκτρονικά κατά τη διάρκεια παρακολούθησης της δεύτερης (11.12.2024).

*Κατά συνέπεια, 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 παρακολούθηση του σεμιναρίου είναι προαιρετική και χωρίς οικονομική επιβάρυνση για όλους/ες τους/τις επιμορφούμενους/ες. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνείτε με τον Υπεύθυνο Αγωγής Υγείας της ΔΠΕ Α΄ Αθήνας.

Ο Υπεύθυνος Αγωγής Υγείας, Τριαντάφυλλος Δούκας

Η ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ Π. Ε. Α΄ Αθήνας

Δρ. ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ