



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ  
Π.Ε & Δ.Ε ΑΤΤΙΚΗΣ  
Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Δ' ΑΘΗΝΑΣ  
ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

Νέα Σμύρνη, 16-1-2025

Αρ. Πρωτ.: 452

Ταχ. Δ/νση: 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](mailto:dbekagogiygeias@gmail.com)  
Τηλέφωνο : 2131617456

**ΠΡΟΣ:**

Εκπαιδευτικούς όλων των ειδικοτήτων  
σχολικών μονάδων της ΔΙ.Π.Ε. Δ' Αθήνας,  
Αλίμου, Αργυρούπολης, Γλυφάδας, Ελληνικού  
Π. Φαλήρου

**ΚΟΙΝ:**

- 1.Επόπτη Ποιότητας της Εκπαίδευσης της ΔΙ.Π.Ε. Δ' Αθήνας
2. Συμβούλους Εκπαίδευσης Π.Ε. Δ' Αθήνας

**ΘΕΜΑ: «ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΒΙΩΜΑΤΙΚΟΥ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ »**

Σας ενημερώνουμε ότι η Δ' Διεύθυνση Π.Ε. Αθήνας, δια της Υπεύθυνης Αγωγής Υγείας, σε συνεργασία με το **Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Εργαζομένων Πειραιά**, συνδιοργανώνουν Βιωματικό Εργαστήριο με θέμα:

**«Ευεξία στον χώρο εργασίας»**

Μέσα στην απαιτητική καθημερινότητα και τους γρήγορους ρυθμούς ζωής, η εργασία συχνά απογυμνώνεται από την αξία της ως μέσο ικανοποίησης και προσωπικής ανάπτυξης του ατόμου.

Στόχος του εργαστηρίου είναι να καταδειχθούν οι δεξιότητες, που χρειάζεται να επιστρατεύονται για να επιτύχουμε ένα καλύτερο εργασιακό περιβάλλον, αλλά και η ανάδειξη καλών πρακτικών που συντελούν σε αυτό.

Συντονίστριες θα είναι τα στελέχη του Κέντρου Ημέρας Υποστήριξης Εργαζομένων Πειραιά Έλλη Κούβαρη, Κοινωνική Λειτουργός- Εκπαιδύτρια Ενηλίκων και Μάρθα Κουτσογιαννούλη, Κοινωνική Λειτουργός- Σύμβουλος Σταδιοδρομίας.

Το Εργαστήριο θα ολοκληρωθεί σε δύο διαδοχικές εβδομαδιαίες συναντήσεις **3 & 10 Φεβρουαρίου 2025**, στο **4ο Δημοτικό Σχολείο Αλίμου** <https://www.xo.gr/maps/anazitisi-diefthynsis/myrogianni-michali-kyvelis-kalamaki-i-alimos-17456/> από τις **17:00 – 19:00** και απευθύνεται στους εκπαιδευτικούς της ΔΙ.Π.Ε. Δ' Αθήνας των δήμων Αλίμου, Αργυρούπολης, Γλυφάδας, Ελληνικού, Π. Φαλήρου.

Για τη συμμετοχή σας στο εργαστήριο παρακαλείσθε να δηλώσετε συμμετοχή στον ακόλουθο σύνδεσμο έως το Σάββατο 1 Φεβρουαρίου. <https://forms.gle/1NcyfAMU4De9wW7X7>

Ακολούθως θα σας ενημερώσουμε για τη συμμετοχή σας στην ηλεκτρονική διεύθυνση που θα έχετε δηλώσει στη φόρμα.

Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Απαιτείται η παρουσία και στις δύο συναντήσεις.

Θα χορηγηθούν βεβαιώσεις για τη συμμετοχή των εκπαιδευτικών στο Σεμινάριο.

**Η Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας**

**Δήμητρα Μπεκατώρου**

**Ο Διευθυντής Π. Ε. Δ' Αθήνας**

**Ιωάννης Ν. Κουμέντος**

- Επισυνάπτεται το πρόγραμμα του Εργαστηρίου

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

(Το Εργαστήριο θα ολοκληρωθεί σε δύο διαδοχικές εβδομαδιαίες συναντήσεις)

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΩΡΑ	ΤΟΠΟΣ	ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ
3 Φεβρουαρίου 2025	17:00- 19:00	4 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Αλίμου	<i>Τι περιλαμβάνει η ευεξία στον χώρο εργασίας;</i>
10 Φεβρουαρίου 2025	17:00- 19:00	4 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Αλίμου	<i>Καλές πρακτικές</i>