



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Π.Ε. & Δ.Ε. ΑΤΤΙΚΗΣ
Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Δ' ΑΘΗΝΑΣ
ΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**

Νέα Σμύρνη, 8-9-2025

Αρ.Πρωτ.: 14472

ΠΡΟΣ:

Ταχ. Δ/ση : Λεωφόρος Συγγρού 165
Τ.Κ. – Πόλη : 17121 - Νέα Σμύρνη
Πληροφορίες : Ν. Στεφανόπουλος
: Δ. Μπεκατώρου
: Η. Χαμακιώτη
Ιστοσελίδα : <http://dipe-athin.att.sch.gr>
Email : 2024.dpea@gmail.com
Τηλέφωνο : 213 1617455-6

1.Διευθυντές/ντριες Δημοτικών Σχολείων
της Διεύθυνσης Π.Ε. Δ' Αθήνας
2.Προϊσταμένους/ες Νηπιαγωγείων
της Διεύθυνσης Π.Ε. Δ' Αθήνας
3.Εκπαιδευτικούς Σχολικών Μονάδων
της Διεύθυνσης Π.Ε. Δ' Αθήνας

ΚΟΙΝ:

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

ΘΕΜΑ: Βιωματικό εργαστήριο εκπαιδευτικών

Σας ενημερώνουμε ότι η Δ/ση Α/θμιας Εκπ/σης Δ' Αθήνας, διά των Υπευθύνων Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης, Αγωγής Υγείας, Πολιτιστικών Θεμάτων και σε συνεργασία με το 8^ο Δημοτικό Σχολείο Αργυρούπολης και το Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Εργαζομένων Πειραιά, συνδιοργανώνουν Βιωματικό Εργαστήριο με θέμα:

**Η φροντίδα του εαυτού ολιστικά ως προαπαιτούμενο
για την ενδυνάμωση του εκπαιδευτικού ρόλου.**

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι μοναδικός, χρειάζεται γνώση, ευελιξία, αντοχή καθώς επίσης και διαρκή εγρήγορση και προσαρμοστικότητα. Οι υψηλές απαιτήσεις που έχει το επάγγελμα είναι συνώνυμες με τη διαρκή αναζήτηση και ενημέρωση.

Το **Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Εργαζομένων Πειραιά** [Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Εργαζομένων Πειραιά](#) μέσα από τις υπηρεσίες που παρέχει, λειτουργεί προς αυτήν ακριβώς την κατεύθυνση δουλεύοντας με στόχο να ενδυναμώσει τους εκπαιδευτικούς, ώστε να τους προετοιμάσει να διαχειριστούν τη δύσκολη καθημερινότητα της σχολικής ζωής και να ανταποκριθούν στις αυξημένες απαιτήσεις της σχολικής πραγματικότητας.

Κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου, μέσω βιωματικών ασκήσεων και ενεργής συμμετοχής, θα αναδειχθεί η σημασία της προτεραιοποίησης και της φροντίδας του εαυτού, σε όλα τα επίπεδα καθώς και η ενίσχυση της προσωπικής ευεξίας, η οποία αποτελεί βασική προϋπόθεση για την αποτελεσματική άσκηση του εκπαιδευτικού ρόλου.

Συντονίστριες του εργαστηρίου:

Κουτσογιαννούλη Μάρθα, Κοινωνική Λειτουργός- Σύμβουλος Απασχόλησης

Καπράλου Άννα, Ψυχολόγος

Η Δράση θα πραγματοποιηθεί τη **Δευτέρα 29 Σεπτεμβρίου 2025** και ώρες: **18.00 -20:00** στο 8^ο Δημοτικό Σχολείο Αργυρούπολης ([Αργυρουπόλεως 53, Ελληνικό - Αργυρούπολη 164 51](#)).

Για τη συμμετοχή σας στο εργαστήριο παρακαλείσθε να δηλώσετε συμμετοχή έως το **Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου 2025** στον ακόλουθο σύνδεσμο:

<https://forms.gle/yNKVeet7ieHFE1B7>

Ακολούθως, θα ενημερωθείτε για τη συμμετοχή σας με μήνυμα που θα λάβετε στην ηλεκτρονική διεύθυνση που θα έχετε δηλώσει στη φόρμα. Λόγω του βιωματικού χαρακτήρα της επιμόρφωσης, ο αριθμός των συμμετεχόντων είναι περιορισμένος και ως εκ τούτου, σε περίπτωση εκδήλωσης ενδιαφέροντος αριθμού μεγαλύτερου του προβλεπόμενου, θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας βάσει της ημερομηνίας, όπως αυτή θα έχει καταγραφεί στην κατάθεση της δήλωσης συμμετοχής. Σε περίπτωση ακύρωσης παρακαλείσθε να ενημερώσετε εγκαίρως. Θα χορηγηθούν βεβαιώσεις για τη συμμετοχή.

Οι Υπεύθυνοι των Σχολικών Δραστηριοτήτων

Στεφανόπουλος Νίκος, Υπεύθυνος Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης

Μπεκατώρου Δήμητρα, Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας

Χαμακιώτη Ηρώ, Υπεύθυνη Πολιτιστικών Θεμάτων

Ο Διευθυντής Π.Ε. Δ' Αθήνας

ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΜΕΝΤΟΣ