

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΕΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ
ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ
& ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ
ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ

16 & 17

Σεπτεμβρίου 2024



kmop

aware

Το ΚΜΟΠ σας προσκαλεί να συμμετάσχετε σε διαδικτυακή εκπαίδευση που διοργανώνει, με στόχο την κατάρτιση του προσωπικού των Ιδρυμάτων Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης σε θέματα ψυχικής υγείας των φοιτητών/τριών.

Η εκπαίδευση (συνολικής διάρκειας **2,5 ωρών**) θα πραγματοποιηθεί τις παρακάτω ημερομηνίες και ώρες:

Δευτέρα 16 Σεπτεμβρίου,
ώρα 14.00- 16.30



ΔΗΛΩΣΤΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Τρίτη 17 Σεπτεμβρίου,
ώρα 11.00-13.30








ΔΗΛΩΣΤΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Η εκπαίδευση θα εφοδιάσει το προσωπικό με τα απαραίτητα εργαλεία, τους πόρους και τις γνώσεις για την αναγνώριση, τη διαχείριση και την υποστήριξη των φοιτητών/τριών που βιώνουν άγχος κατά τη διάρκεια της φοιτητικής τους ζωής.

Η εκπαίδευση αφορά εκπαιδευτικούς και καθηγητές τριτοβάθμιας εκπαίδευσης καθώς και σε βοηθητικό προσωπικό του Πανεπιστημίου, επαγγελματίες στον τομέα των δημιουργικών μεθόδων που εφαρμόζονται στην εκπαίδευση και ερευνητές στην τομέα της ανώτατης εκπαίδευσης.

Στην διαδικτυακή εκπαίδευση θα καλυφθούν οι παρακάτω θεματικές:

-  Ευαισθητοποίηση για την Ψυχική Υγεία στα ΑΕΙ
-  Αναγνώριση και αντιμετώπιση του άγχους
-  Δεξιότητες και στρατηγικές για τη διαχείριση του άγχους
-  Επαγγελματική αυτοεξυπηρέτηση στο χώρο εργασίας
-  Δημιουργία Υποστηρικτικού Μαθησιακού Περιβάλλοντος

Σχετικά με το έργο AWARE

Το AWARE είναι ένα πρόγραμμα Erasmus+ διάρκειας 2 ετών (2022-1-PL01-KA220-HED-000087038). Η κοινοπραξία αποτελείται από την Ελλάδα, την Πολωνία, την Κύπρο, την Ιρλανδία και την Ισπανία.



Η συμμετοχή στην εκπαίδευση είναι δωρεάν. Απαραίτητη η προεγγραφή.
Βεβαιώσεις παρακολούθησης θα δοθούν στα άτομα που θα παρακολουθήσουν
τις 2,5 ώρες της εκπαίδευσης.



**Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor the grant provider can be held responsible for them. Project Number: 2022-1-PL01-KA220-HED-00008.