



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Η Νεοσύστατη Επιτροπή Νεότητας του Δήμου Φιλοθέης – Ψυχικού με προεδρεύουσα την κυρία Σοφία Βυθούλκα, συνεχίζει τις δράσεις της στοχεύοντας να έχει ενεργό ρόλο δίπλα τους νέους του Δήμου μας, με στόχο την ψυχολογική υποστήριξη των μαθητών της Γ' Λυκείου την κρίσιμη περίοδο των Πανελλήνιων Εξετάσεων, σε μια άγνωστη και πρωτόγνωρη κατάσταση πρωτοφανούς καραντίνας.

Κοντά μας θα είναι ο Δήμαρχος, Δημήτρης Γαλάνης, να απευθύνει χαιρετισμό στα παιδιά και στους γονείς και να εκφράσει την συμπαράστασή του σε αυτήν την δύσκολη συγκυρία.

Προσκαλούμε τους μαθητές της Γ' Λυκείου, και τους γονείς τους, σε μια διαδικτυακή ομιλία με θέμα: «**Διαχείριση άγχους την περίοδο των Πανελλαδικών εξετάσεων την εποχή του COVID-19**»

Περιγραφή Θεματολογίας:

- Αιτίες Άγχους
- Διαχείριση Άγχους και λήψη απόφασης σε κρίσιμες περιόδους
- Ο ρόλος του άγχους στην άγνωστη και πρωτόγνωρη κατάσταση των πανελλήνιων και της πρωτοφανούς καραντίνας
- Διαχείριση συναισθημάτων σε περιόδους εγκλεισμού.
- Διαχείριση συγκρούσεων εφήβων – γονέων.
- Επίτευξη συγκέντρωσης σε ψυχοπαιδικές περιόδους.
- Καταπολέμηση πανικού, αϋπνίας και υπερφαγίας σε κρίσιμες περιόδους.

Την Δευτέρα 4 Μαΐου 2020

Ώρα 13:00-14:00

Θα ακολουθήσουν ερωτήσεις

Join Zoom Meeting

<https://us02web.zoom.us/j/83263773130?pwd=RmRGaDR4a2pxZmhDWTNBsg5tb1JFUT09>

Επιτροπή Νεότητας

Πρόεδρος: Σοφία Βυθούλκα

Αντιπρόεδρος: Μάρλυ Μαλάμη

Μέλη: Γιώργος Αμυράλης, Αγγελική Καραγιαννίδη, Ζαφειρίνα Καρατζά, Βελίσσα Μουχλή, Γιούλη Παλυβού, Άρης Φασιλάκης, Μαρίζα Φωτιάδη



ARISTON
PSYCHOMETRICS