

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

**Πρόσκληση σε βιωματικό σεμινάριο με θέμα:**

**«Μαθητικό άγχος και τρόποι διαχείρισης»**

Η Ομοσπονδία Φορέων Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης και Ψυχικής Υγείας ΑΡΓΩ και οι φορείς λειτουργίας κλιμακίων ψυχοκοινωνικής υποστήριξης στην περιοχή της Β. Εύβοιας διοργανώνουν ένα σύνολο δράσεων Αγωγής Κοινότητας.

Στο πλαίσιο αυτό, ο Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων του Γενικού Λυκείου Ιστιαίας, το σταθερό κλιμάκιο του Κ.Υ.Ιστιαίας Θάλπος-Ψυχική Υγεία και το κινητό κλιμάκιο της ΠΕΨΥΚΚΑ, συνδιοργανώνουν ένα βιωματικό σεμινάριο που θα περιλαμβάνει ομιλία από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας των δύο κλιμακίων και θα ακολουθήσουν συζήτηση και βιωματικές ασκήσεις με τους συμμετέχοντες. Το θέμα θα αφορά στο μαθητικό άγχος και τους τρόπους διαχείρισής του από τους γονείς και τους μαθητές.

Η παρουσίαση θα πραγματοποιηθεί το **Σάββατο 18 Μαρτίου** στις **18.00** στην **αίθουσα πολιτισμού του Γενικού Λυκείου Ιστιαίας**. Οι βασικές θεματικές αφορούν:

- Τι είναι το άγχος.
- Πως εκδηλώνεται;
- Λειτουργικό/ Μη λειτουργικό
- Μαθητικό και άγχος εξετάσεων
- Τρόποι διαχείρισης άγχους και αποτυχίας

Πληροφορίες: 2226350136 / klimakio@thalpos.org.gr / [www.thalpos.org.gr](http://www.thalpos.org.gr)

6934139108 / [pepsikkaklimakio@gmail.com](mailto:pepsikkaklimakio@gmail.com) / [www.pepsikka.gr](http://www.pepsikka.gr)

[Πληκτρολογήστε κείμενο]

