



Ανακοίνωση

Στο πλαίσιο λειτουργίας της Δομής Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης (ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ.) της Μονάδας Υποστήριξης Φοιτητών Ευπαθών Ομάδων (ΜΥΦΕΟ) του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας (Π.Δ.Μ.), η οποία χρηματοδοτείται από το ΕΣΠΑ 2014-2020, μέσω της Πράξης «Υποστήριξη Παρεμβάσεων Κοινωνικής Μέριμνας Φοιτητών Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας (MIS 5051039)» ανακοινώνουμε τη συνδιοργάνωση Εκπαιδευτικού-Βιωματικού Εργαστηρίου για το φοιτητικό πληθυσμό των Τμημάτων του Π.Δ.Μ στις πόλεις των Γρεβενών και της Φλώρινας, τη Δευτέρα 08/02/2021.

Τίτλος:	Βελτιώνω τις Δεξιότητες Μελέτης και Διαχειρίζομαι το Άγχος των Εξετάσεων!
Στόχος:	Να υποστηρίξει τους/τις φοιτητές/τριες στο να αναπτύξουν: α) δεξιότητες αποτελεσματικότερης μελέτης (αποτελεσματικότερη διαχείριση χρόνου και της ύλης, και μέθοδο εκμάθησης της ύλης) καθώς και β) δεξιότητες αποτελεσματικότερης διαχείρισης του άγχους των εξετάσεων. Επιπλέον, ένας τρίτος στόχος της συγκεκριμένης Δράσης είναι η ανίχνευση των φοιτητών/τριών που αντιμετωπίζουν σχετικές δυσκολίες, παρέχοντας τους/τες στη συνέχεια περαιτέρω βοήθεια μέσω ατομικής υποστήριξης.
Πότε:	Δευτέρα 08/02/2021 και ώρα 14:00 μ.μ.-16:00 μ.μ.
Που:	Διαδικτυακά μέσω Zoom. Θα σταλεί η πρόσκληση για την είσοδο στη διαδικτυακή αίθουσα ως απαντητικό email σε όλους τους/τις συμμετέχοντες/ουσες.
Μέγιστος Αριθμός Ατόμων:	Δεκαπέντε (15) άτομα.
Δήλωσε Συμμετοχή:	<p>Για συμμετοχές στέλνετε email:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Οι φοιτητές/τριες των τμημάτων των Γρεβενών στο myfeo.psy.gre@uowm.gr2. Οι φοιτητές/τριες των τμημάτων της Φλώρινας στο myfeo.psy.flo@uowm.gr <p>Ως θέμα στο email γράφετε: Συμμετοχή στο Εκπαιδευτικό-Βιωματικό Εργαστήριο “Βελτιώνω τις Δεξιότητες Μελέτης και Διαχειρίζομαι το Άγχος των Εξετάσεων!”, ενώ στο κύριο σώμα του email δηλώνετε το ονοματεπώνυμό σας, το τμήμα, και το έτος φοίτησής σας.</p> <p>Επίσης, για όσους/όσες φοιτητές/τριες δεν μπορούν ή δεν επιθυμούν να συμμετάσχουν στο παραπάνω Εκπαιδευτικό-Βιωματικό Εργαστήριο, δίνεται η δυνατότητα για τη λήψη ατομικής υποστήριξης στα θέματα του</p>



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Ειδική Υπηρεσία Διαχείρισης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





	<p>εργαστηρίου, μέσω της διεξαγωγής προγραμματισμένων ατομικών διαδικτυακών συνεδριών.</p> <p>Προκειμένου να κλείσετε μία ατομική συνένδρια δείτε εδώ: https://myfeo.uowm.gr/pos-na-kleiso-rantevoy/.</p>
Υπεύθυνες:	Αριστέα Καραμήτρου, Ψυχολόγος ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ. Γρεβενών Βασιλική Βατάλη, Ψυχολόγος ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ. Φλώρινας
Πληροφορίες	<p>https://myfeo.uowm.gr/</p> <p>facebook: ΜΥΦΕΟ ΠΔΜ</p> <p>Twitter: @MUowm</p> <p>Email επικοινωνίας ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ. Γρεβενών: myfeo.psy.gre@uowm.gr</p> <p>Email επικοινωνίας ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ. Φλώρινας myfeo.psy.flo@uowm.gr</p> <p>Τηλέφωνο επικοινωνίας ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ. Γρεβενών: 2461056276</p> <p>Τηλέφωνο επικοινωνίας ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ. Φλώρινας: 2385055207</p>