

# Κέντρο Συμβουλευτικής & Ψυχολογικής Στήριξης Φοιτητών/ριων Πανεπιστημίου Θεσσαλίας



Αγαπητοί φοιτητές/τριες,

Λίγο πριν ολοκληρωθεί μια ακόμη ακαδημαϊκή χρονιά και σας αποχαιρετήσουμε για τις καλοκαιρινές σας διακοπές, θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε για τη διεξαγωγή δυο ακόμα εκπαιδευτικών σεμιναρίων που διοργανώνει το ΚΕ.ΣΥ.ΨΥ.Σ.

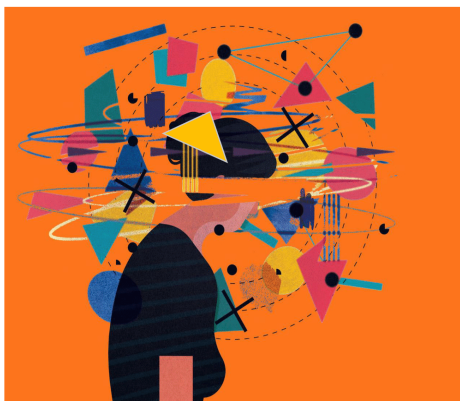
Η διεθνής εμπειρία έχει δείξει πως τα βιωματικά σεμινάρια μπορούν να λειτουργήσουν προληπτικά απέναντι στην εμφάνιση ψυχικών διαταραχών, παράλληλα έχουν ως στόχο την *εκπαίδευση και την απόκτηση δεξιοτήτων διαχείρισης και επίλυσης προβλημάτων που ενδεχομένως αντιμετωπίζετε στη φοιτητική σας ζωή.*

# Κέντρο Συμβουλευτικής & Ψυχολογικής Στήριξης Φοιτητών/ριων Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

ψυχοεκπαιδευτικό βιωματικό σεμινάριο  
για φοιτητ@ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

## “ Καταννώ και διαχειρίζομαι το άγχος και τις κρίσεις πανικού. -2”

Το σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί διαδικτυακά μέσω ZOOM  
την Πέμπτη 16 Ιουνίου και ώρα 12.00 έως 14.00.



Συντονίζει η Γεωργιάδου Ιωάννα, Κοινωνική-Κλινική  
Ψυχολόγος (MSc), Συστημική Θεραπεύτρια, Ειδική  
Παιδαγωγός (PhD).

Για τη συμμετοχή σας στο σεμινάριο συμπληρώστε την  
παρακάτω φόρμα: <https://forms.gle/x7nsLBFYDAahCzNdA>

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε την ιστοσελίδα  
του κέντρου: <https://kesypsys.uth.gr>

Πέμπτη 16 Ιουνίου  
12:00μμ - 14:00μμ

Βασιλού Ευδοκία  
Ψυχολόγος, Msc. Συμβουλευτικής / Συστημική –  
Οικογενειακή Σύμβουλος

Αργύρη Δανάη  
Ψυχολόγος Α.Π.Θ.

## «Διαχείριση του άγχους την περίοδο της εξεταστικής»

Το σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί δια ζώσης σε αίθουσα  
του παραλιακού συγκροτήματος την Πέμπτη 16 Ιουνίου  
2022 και ώρες 12:00 έως 14:00 μμ και απευθύνεται στους  
φοιτητές των τμημάτων του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας που  
εδρεύουν στο Βόλο.

Συντονίζει η Βασιλού Ευδοκία – Ψυχολόγος ΚΕ.ΣΥ.ΨΥ.Σ για  
το Βόλο M.sc. Συμβουλευτικής / Συστημική – Οικογενειακή  
Σύμβουλος

Για τη συμμετοχή σας στο σεμινάριο συμπληρώστε την  
παρακάτω φόρμα: [link](#)

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε την ιστοσελίδα του κέντρου: <https://kesypsys.uth.gr>