



Ηράκλειο, 21/5/2020

Αρ. Πρωτ.: Φ2/1079

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Π.Ε. & Δ.Ε. ΚΡΗΤΗΣ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ
(ΠΕ.Κ.Ε.Σ.) ΚΡΗΤΗΣ

.....
Χαρίκλεια Ανδρεάδου, ΣΕΕ ΠΕ70 / 2^η Ενότητα
Ιωάννης Γρηγοράκης, ΣΕΕ ΠΕ70 / 6^η Ενότητα
Μαρία Πρατσίνη, ΣΕΕ ΠΕ70 / 11^η Ενότητα
Δήμητρα Πλατάκη, ΣΕΕ ΠΕ60 / 4^η Ενότητα

.....
Δ/νση: Ρολέν 4 * Τ.Κ. 71305 – Ηράκλειο
Τηλ. Γραμματείας ΠΕΚΕΣ: 2810 246860-342206-246400
e-mail Γραμματείας ΠΕΚΕΣ: pekeskritis@sch.gr
e-mail ΣΕΕ: handre66@gmail.com, grigor2@hotmail.com,
mpratsini@gmail.com, dimplataki@gmail.com

Προς:

Εκπαιδευτικούς όλων των ειδικοτήτων των:

1. Δημοτικών σχολείων:

- 2^{ης} Ενότητας Π.Ε. Χανίων
- 6^{ης} Ενότητας Π.Ε. Ηρακλείου
- 11^{ης} Ενότητας Π.Ε. Λασιθίου

2. Νηπιαγωγείων:

- 4^{ης} Ενότητας, Π.Ε. Ηρακλείου-Λασιθίου

[Δια των Διευθυντών, Διευθυντριών & Προϊσταμένων των σχολείων]

Κοιν.

1. Περιφερειακός Δ/ντής Π/θμιας & Δ/θμιας Εκπαίδευσης Κρήτης
2. Δ/νση Α/θμιας Εκπ/σης ν. Ηρακλείου
3. Δ/νση Α/θμιας Εκ/σης Λασιθίου

Εσωτ. Διανομή: Οργ. Συντονίστρια ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης

Θέμα: Πρόσκληση σε επιμορφωτική τηλεδιάσκεψη με θέμα «Διαχείριση Άγχους και Στρες στην Έποχή του Κορωνοϊού»

Έχοντας υπόψη:

1. το Π.Δ 79/2017 (ΦΕΚ 109Α'/1-8-2017): «Οργάνωση και λειτουργία νηπιαγωγείων και δημοτικών σχολείων, όπως τροποποιήθηκε με το άρθρο 23 του Ν.4559/2018 (ΦΕΚ 142 Α'), άρθρο 17, π.1,
2. τον Ν.4299/2018, Απόφαση αριθμ.158733/ΓΔ4, άρθρο 3, π.3, εδάφιο θ: «Ενιαίος Κανονισμός
3. Λειτουργίας των Περιφερειακών Κέντρων Εκπαιδευτικού Σχεδιασμού (ΠΕ.Κ.Ε.Σ.) και ειδικότερα καθήκοντα και αρμοδιότητες των Συντονιστών Εκπαιδευτικού Έργου»,
4. την Πράξη 20/30-09-2019 της Ολομέλειας του ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης,
5. την εγκύκλιο του ΥΠΠΑΙΘ με Αρ. Πρωτ. 38091/Δ2/16-03-2020, με θέμα «Οδηγίες για την εξ' αποστάσεως εκπαίδευση»,
6. την εγκύκλιο του ΥΠΠΑΙΘ με Αρ. Πρωτ. 39676/Δ2/20-03-2020, με θέμα «Διαβίβαση Οδηγιών για Ασύγχρονη εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση»,
7. την εγκύκλιο του ΥΠΠΑΙΘ με Αρ. Πρωτ. 40209/Δ1/24-03-2020, με θέμα «Οδηγίες Υλοποίησης Προγραμμάτων εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης με Σύγχρονη Μέθοδο Διδασκαλίας (για Δημοτικά)»,

Προσκαλούμε τους/τις εκπαιδευτικούς όλων των ειδικοτήτων των Δημοτικών Σχολείων της 2^{ης} , 6^{ης} και 11^{ης} Ενότητας και τις/τους νηπιαγωγούς της 4^{ης} Ενότητας του ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης σε προαιρετική 2ωρη επιμορφωτική τηλεδιάσκεψη, με εισηγήτρια τη **Δρ Λίζα Βάρβογλη**, Ψυχολόγο-Ψυχοθεραπεύτρια (<https://varvogli.gr/liza-varvogli/>), με θέμα:

«Διαχείριση Άγχους και Στρες στην Έποχή του Κορωνοϊού»

Η επιμορφωτική τηλεδιάσκεψη διοργανώνεται από τους ΣΕΕ ΠΕ70 Ανδρεάδου Χαρίκλεια, Γρηγοράκη Ιωάννη, Πρατσίνη Μαρία και την ΣΕΕ ΠΕ60 Πλατάκη Δήμητρα και θα υλοποιηθεί στην πλατφόρμα Webex, την Πέμπτη 28/5/2020, ώρα 10.00-12.00 π.μ.

Διεύθυνση επιμορφωτικής τηλεδιάσκεψης:

<https://minedu-gov-gr.webex.com/meet/mpratsini>

Η σύγχρονη αυτή εξΑ δράση απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης και έχει στόχο να παρουσιάσει απλές και πρακτικές τεχνικές διαχείρισης του άγχους και του στρες, που σχετίζονται με καταστάσεις κρίσης όπως η υγειονομική κρίση στην Έποχή του κορωνοϊού που βιώνουμε.

Η διεθνώς αναγνωρισμένη προσκεκλημένη εισηγήτρια θα παρουσιάσει: **α/** συνοπτικά τη φυσιολογία του στρες και του άγχους, καθώς και τα συμπτώματά τους σε ενήλικες και παιδιά, **β/** αξιόπιστες και επιστημονικά τεκμηριωμένες (evidence-based) τεχνικές διαχείρισης του άγχους και του στρες που πιθανόν έχουν οι εκπαιδευτικοί σχετικά με τον κορωνοϊό, σε προσωπικό και επαγγελματικό επίπεδο (π.χ. ψυχολογική διαχείριση μαθητών με κλειστά σχολεία αλλά και όταν τα σχολεία θα ανοίξουν).

Για την καλύτερη οργάνωση της εξΑ επιμορφωτικής δράσης, παρακαλούμε να συμπληρώσετε τη σχετική Φόρμα Εκδήλωσης Ενδιαφέροντος, στη διεύθυνση:

<https://forms.gle/LT5Q3vbGVJYdqVsY9>

Σας ενημερώνουμε ότι θα δοθούν και σημειώσεις για το θέμα της επιμορφωτικής δράσης.

Παρακαλούμε τους Διευθυντές, τις Διευθύντριες, τους Προϊσταμένους και τις Προϊσταμένες των δημοτικών σχολείων και των νηπιαγωγείων να ενημερώσουν σχετικά τους/τις εκπαιδευτικούς.

Οι Σ.Ε.Ε. του ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης

Χαρίκλεια Ανδρεάδου, ΣΕΕ ΠΕ70 / 2^{ης} Ενότητας
Ιωάννης Γρηγοράκης, ΣΕΕ ΠΕ70 / 6^{ης} Ενότητας
Μαρία Πρατσίνη, ΣΕΕ ΠΕ70 / 11^{ης} Ενότητας
Δήμητρα Πλατάκη, ΣΕΕ ΠΕ60 / 4^{ης} Ενότητας