



ΔΗΜΟΣ
ΝΙΚΑΙΑΣ • ΑΓ. Ι. ΡΕΝΤΗΣ

Αγαπητοί γονείς και μαθητές,

Με χαρά θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι ο Δήμος μας σε συνεργασία με τον Σύλλογο Αποφοίτων «ΟΜΗΡΟΣ» διοργανώνει Εργαστήρι Διαχείρισης Άγχους πριν τις Πανελλήνιες, την Πέμπτη 16 Μαΐου και την Παρασκευή 17 Μαΐου 2024 στην αίθουσα εκδηλώσεων του Δημαρχείου Νίκαιας(11. Τσαλδάρη 10) στις 6 το απόγευμα.

Την Πέμπτη 16 Μαΐου στις 6 μ.μ. θα πραγματοποιηθεί ενημερωτική συζήτηση από τον υπεύθυνο του εργαστηρίου κ. Άγγελο Σπυρόπουλο ψυχολόγο και πιστοποιημένο εκπαιδευτή ενηλίκων, πρόεδρο του Συλλόγου Αποφοίτων «ΟΜΗΡΟΣ» και στη συνέχεια θα ακολουθήσουν ατομικές συνεδρίες για γονείς και μαθητές διάρκειας 15'.

Η συμμετοχή είναι δωρεάν με απαραίτητη την προεγγραφή στη Διεύθυνση Παιδείας & Πολιτισμού στα τηλ 2104810729, 2104906021 και email: paideia@nikaia-rentis.gov.gr

Το εργαστήρι έχει σκοπό να αναδείξει τρόπους ελαχιστοποίησης του άγχους και μεθόδους που βοηθούν στην επίτευξη καλύτερων επιδόσεων. Σε μια περίοδο όπου οι εξετάσεις μπορούν να προκαλέσουν αυξημένο άγχος, είναι σημαντικό να παρέχουμε την κατάλληλη υποστήριξη σε εσάς και στις οικογένειές σας.

Σας προσκαλούμε να ενώσουμε τις δυνάμεις μας για να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον όπου τα παιδιά μας θα αισθάνονται ασφαλή κατά την περίοδο της προετοιμασίας τους για τις πανελλήνιες εξετάσεις.

Καλή επιτυχία !

Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Μ. ΜΑΡΑΓΚΑΚΗΣ

Η ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ
ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΑΡΑΒΑΝΤΙΝΟΥ-ΤΣΙΜΠΛΑΚΗ ΜΑΡΙΑ