

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΓΟΝΕΩΝ
ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΑΡΧΑΓΓΕΛΟΥ

ΑΓΙΟΥ ΓΕΝΝΑΔΙΟΥ 2054, ΣΤΡΟΒΟΛΟΣ
ΤΗΛ: 22350100 ΦΑΞ: 22592792
EMAIL: archangelos.parents.assoc@gmail.com



28 Απριλίου 2025

Βιωματικό εργαστήριο για μαμάδες
«Μαμά σ' ακούω»

Αγαπητοί γονείς/ κηδεμόνες,

Ο Σύνδεσμος Γονέων και Κηδεμόνων Δημοτικού Σχολείου Αρχαγγέλου και η Εκπαιδευτική Επιτροπή διοργανώνουν ένα βιωματικό εργαστήριο για μαμάδες με τίτλο «Μαμά σ' ακούω», την **Παρασκευή 02 Μαΐου 2025** και ώρα **18:30-20:30**.

Το εν λόγω βιωματικό εργαστήριο θα συντονίζει η ψυχοθεραπεύτρια κα Σιμόνη Σχίζα.

Όσες μανούλες ενδιαφέρονται να συμμετάσχουν, θα πρέπει να συμπληρώσουν τη σχετική φόρμα που φαίνεται πιο κάτω μέχρι την Τετάρτη 30 Απριλίου 2025 και να την στείλουν στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο athina_ian@yahoo.gr. Σημειώνεται ότι ο αριθμός των θέσεων είναι περιορισμένος (20-23 μανούλες) και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Η κάθε μανούλα πρέπει να φέρει το μαξιλάρι της για να κάθεται άνετα στο πάτωμα.

Θα υπάρχει κέρασμα για όλες τις μαμάδες.

Λίγα λόγια για το εργαστήριο:

Το βιωματικό εργαστήριο έχει ως θέμα τη στήριξη του γονέα, τις προσωπικές ανάγκες, την αυτοεκτίμηση και την αναγνώριση και εξωτερίκευση συναισθημάτων.

Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, τεχνικές ενδυνάμωσης και ομαδική αλληλεπίδραση, οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να αναγνωρίσουν τις δικές τους ανάγκες, να ενισχύσουν τις δεξιότητές τους ως γονείς και να αντλήσουν στήριξη από την ομάδα. Το ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον του εργαστηρίου ενθαρρύνει την ανταλλαγή εμπειριών και την καλλιέργεια ενσυναίσθησης, προσφέροντας στους γονείς πολύτιμα εργαλεία για μια πιο ουσιαστική και ισορροπημένη σχέση με τα παιδιά τους.

Το μυστικό είναι να γίνετε και ο φροντιστής του εαυτού σας. Εξάλλου ξέρετε πολύ καλά αυτή τη δουλειά αφού το κάνετε για όλους τους άλλους!!! Αυτοφροντίδα και εξωτερίκευση λοιπόν!

Κυριακή Παπαδάμου Κουννούση
Πρόεδρος



Έλενα Καρεκλά
Γραμματέας

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΓΟΝΕΩΝ
ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΑΡΧΑΓΓΕΛΟΥ

ΑΓΙΟΥ ΓΕΝΝΑΔΙΟΥ 2054, ΣΤΡΟΒΟΛΟΣ
ΤΗΛ: 22350100 ΦΑΞ: 22592792
EMAIL: archangelos.parents.assoc@gmail.com



ΕΝΤΥΠΟ ΔΗΛΩΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Ονοματεπώνυμο παιδιού:

Τάξη:

Ονοματεπώνυμο γονέα/ κηδεμόνα:

Τηλέφωνο Επικοινωνίας: