

Το Κέντρο Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης (ΚΕ.ΣΥ.Ψ.Υ.) σε συνεργασία με το Ιατρείο ενηλίκων ασθενών με Ρευματικά και Αυτοφλεγμονώδη νοσήματα νεανικής έναρξης της Δ Παθολογικής κλινικής και το ιατρείο παιδιών και εφήβων του Παιδορευματολογικού κέντρου αναφοράς της Α Παιδιατρική κλινική διοργανώνει ένα βιωματικό εργαστήριο προκειμένου να υποστηρίξει τους **φοιτητές και τις φοιτήτριες του Α.Π.Θ. που αντιμετωπίζουν χρόνιες παθήσεις.**

Η διάγνωση και αντιμετώπιση μιας χρόνιας πάθησης μπορεί να δημιουργήσει συναισθήματα ανησυχίας και άγχους και συνοδεύεται από μια σειρά μοναδικές προκλήσεις. Σ' αυτό βιωματικό εργαστήριο, το οποίο **απευθύνεται σε φοιτητές και φοιτήτριες με χρόνιες παθήσεις**, θα δοθεί έμφαση σε πρακτικούς τρόπους με τους οποίους μπορεί να αντιμετωπιστεί το άγχος που συχνά συνοδεύει την ύπαρξη χρόνιων παθήσεων.

Συγκεκριμένα, θα διερευνήσουμε τους τρόπους με τους οποίους εκδηλώνεται το άγχος μέσω του σώματος, των σκέψεων και των συμπεριφορών, τους παράγοντες που ενθαρρύνουν την παρουσία του, την πρόληψη εμφάνισης του και τρόπους αποτελεσματικής διαχείρισης του με έναν ολιστικό τρόπο.

Εισηγήτρια: Άλτα Πανέρα, Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια, ΚΕ.ΣΥ.Ψ.Υ., Α.Π.Θ.

Ημερομηνίες: Τετάρτη 7 Νοεμ., 11πμ-1μμ

Τόπος διεξαγωγής: Αμφιθέατρο Κεντρικής Βιβλιοθήκης

Απαραίτητη η δήλωση συμμετοχής. <http://kesypsy.web.auth.gr/el/node/68>

Πληροφορίες & Δηλώσεις συμμετοχής: ΚΕ.ΣΥ.Ψ. Υ., 2310 992621