**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

Την Πέμπτη 4 Ιουνίου 2020 θα πραγματοποιηθεί ημερίδα Συμβουλευτικής για ωφελούμενους του ΤΕΒΑ στην Π.Ε Μεσσηνίας στο πλαίσιο υλοποίησης του Έργου «ΠΑΡΟΧΗ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ ΤΕΒΑ 2018-2019 των Κοινωνικών Συμπράξεων των Π.Ε Αργολίδας, Λακωνίας και Μεσσηνίας της Περιφέρειας Πελοποννήσου» στο Επιχειρησιακό Πρόγραμμα Επισιτιστικής και Βασικής Υλικής Συνδρομής για το ΤΕΒΑ/FEAD 2014-2020.

Η εκδήλωση έχει θέμα: «Πώς να διαχειριστώ το στρες και να ενισχύσω την αντοχή μου σε δύσκολες περιόδους». Εισηγητής θα είναι ο κ. **Ανδρέας Αρματάς**, MA DCH AFISCP Κλινικός Ψυχολόγος –Συνεργάτης Ινστιτούτου Κοινωνικής & Προληπτικής Ιατρικής και Ιδρυτικό μέλος της Διεθνούς Ένωσης Coaching Psychology.

‘*’Βιώνουμε μια περίοδο που ανάλογη της δεν έχουμε βιώσει ξανά στο παρελθόν. Εκτός από την πανδημία, καλούμαστε την τελευταία δεκαετία της κρίσης να ζούμε χωρίς τα σταθερά που κάποτε συνόδευαν την καθημερινή ζωή και αυτό έχει επιφέρει επιπλέον ψυχική κόπωση. Η εισβολή νέων και έκτακτων δεδομένων χωρίς να μπορούμε να προβλέψουμε το ‘μετά’ έχει επιβεβαιώσει την σημασία της αυτό-διαχείρισης. Χρειαζόμαστε περισσότερο από ποτέ να θωρακιστούμε με στοχευμένες δεξιότητες για να αντιμετωπίσουμε αποτελεσματικότερα τις επαγγελματικές και προσωπικές προκλήσεις. Το περιεχόμενο και οι κατευθύνσεις που θα καλύψουμε σε αυτό την εκδήλωση έχουν ακριβώς αυτό τον σκοπό’’*

Στην εκδήλωση θα κάνουν έναν σύντομο χαιρετισμό ο κ. Β. Διαμαντόπουλος, Γενικός Διευθυντής Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Μέριμνας της Περιφέρειας Πελοποννήσου, η κ. Α. Μαγκουρίλου, Προϊσταμένη Τμήματος Κοινωνικής Αλληλεγγύης της Δ/νσης Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Μέριμνας Π.Ε. Μεσσηνίας και Υπεύθυνη υλοποίησης έργου ΤΕΒΑ Κ.Σ.Π.Ε. Μεσσηνίας και ο Υπεύθυνος Έργου Συνοδευτικών Μέτρων εκ μέρους του Αναδόχου, κ. Γιάννης Παπαδημητρίου.

H εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί ηλεκτρονικά μέσω της πλατφόρμας Cisco Webex, ώρες 12:00-13:30.

Λίγα λόγια για τον εισηγητή

Ο Ανδρέας Αρματάς είναι ψυχολόγος και executive coach με μεταπτυχιακές σπουδές στην κλινική ψυχολογία (ΗΠΑ) & στην κλινική ύπνωση (Αγγλία). Είναι επιστημονικός συνεργάτης του Κέντρου Μελετών Υγείας της Ιατρικής Σχολής Αθηνών, του Ινστιτούτου Κοινωνικής & Προληπτικής Ιατρικής, του Εθνικού Δικτύου Προαγωγής Υγείας στους Χώρους Εργασίας, του Εθνικού Δικτύου Νοσοκομείων Προαγωγής Υγείας και ιδρυτικό μέλος του International Society of Coaching Psychology. Είναι βραβευμένος συγγραφέας από τις Εκδόσεις Πατάκη διατελώντας και σύμβουλός τους στον τομέα της ψυχολογίας και coaching ενώ έχει συγγράψει κεφάλαια σε διεθνείς εκδόσεις. Έχει εκπαιδεύσει σε πολλές χώρες όπως Αυστραλία, Ηνωμένο Βασίλειο, Αυστρία, Ρουμανία, Ιταλία, Γερμανία, Ιράν και Μπαχρέιν. Προς το τέλους του 2020, αναμένεται το νέο του βιβλίο από το Oxford University Press με τίτλο «*Brief Strategic Coaching*». Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί του μέσα από τις ιστοσελίδες hypnosis.gr & andrewarmatas.com.