

# Ενημέρωση για τη λειτουργία των γραφείων Ολιστικής Μέριμνας και Δομής Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης στην Καστοριά

Το Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας παρέχει ένα ευρύ φάσμα καινοτόμων ψυχοκοινωνικών δράσεων για την ολιστική φροντίδα όλων των μελών του ανθρώπινου δυναμικού του, υπογραμμίζοντας emphaticά τον κοινωνικά ευαίσθητο και ανθρωποκεντρικό του χαρακτήρα. Μεταξύ των διαθέσιμων υπηρεσιών προεξάρχοντα ρόλο κατέχουν οι αθλητικές, πολιτιστικές και εθελοντικές δράσεις καθώς και η ψυχολογική και συμβουλευτική υποστήριξη.

Πιο συγκεκριμένα, στην πόλη της Καστοριάς λειτουργεί γραφείο για την οργάνωση και ανάπτυξη των αθλητικών, πολιτιστικών και εθελοντικών δράσεων της Ολιστικής Μέριμνας.

Για το τρέχον ακαδημαϊκό έτος έχουν ξεκινήσει οι κάτωθι αθλητικές και πολιτιστικές δράσεις στην πόλη της Καστοριάς:

- Όργανα Γυμναστικής και Κωπηλατική Δημοτικό Ναυταθλητικό Κέντρο (ΔΗ.ΝΑ.Κ.) του Δήμου Καστοριάς, στην είσοδο της πόλης, με φόντο τη μαγευτική λίμνη Ορεστιάδα και την πόλη
- Handball
- Μουσική Ομάδα
- Θεατρική Ομάδα
- BookLab
- Μοντέρνοι Χοροί
- Ορειβατικός Σύλλογος
- Αυτοάμυνα
- Yoga

ενώ νέες δράσεις αναμένεται να προστίθενται καθόλη τη διάρκεια του έτους. Τονίζεται ότι οι προσφερόμενες δράσεις απευθύνονται σε όλα τα μέλη του ανθρώπινου δυναμικού του Ιδρύματος και η συμμετοχή σε αυτές είναι δωρεάν για φοιτητές/τριες που διαμένουν στις εστίες ή δικαιούνται δωρεάν σίτιση.

Για εγγραφή στις δράσεις μπορείτε να ακολουθήσετε τον παρακάτω σύνδεσμο <https://padlet.com/uowm/padlet-j4dkotq6rkymfrlv> ή να αποστείλετε e-mail στη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου [wellbeing@uowm.gr](mailto:wellbeing@uowm.gr) (στο οποίο θα αναφέρετε το ονοματεπώνυμο σας, το ακαδημαϊκό σας e-mail, το Ακαδημαϊκό σας Τμήμα, ένα τηλέφωνο επικοινωνίας, εάν είστε δικαιούχος δωρεάν σίτισης/στέγασης, καθώς και τη δράση για την οποία εκδηλώνεται ενδιαφέρον εγγραφής).

Για οποιαδήποτε πληροφορία ή περαιτέρω διευκρίνιση, μπορείτε να επικοινωνήσετε με το γραφείο της Ολιστικής Μέριμνας στην πόλη της Καστοριάς:

**Τηλ.:** 2461068277 (Πανεπιστημιούπολη Κοίλα Κοζάνης, Κεντρικό Κτήριο, Ισόγειο, Γραφείο 3308 Ολιστικής Μέριμνας, Κεφαλάς Πάνος - Τσιόκανος Χρήστος - Αντωνιάδου Αλεξία)

**E-mail:** [wellbeing@uowm.gr](mailto:wellbeing@uowm.gr)

**Ιστοσελίδα:** <https://holistic.uowm.gr/>

Επιπρόσθετα, θα θέλαμε να σας υπενθυμίσουμε την αδιάλειπτη λειτουργία του γραφείου της Δομής Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης (ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ.) της Μονάδας Υποστήριξης Φοιτητών Ευπαθών Ομάδων (Μ.Υ.Φ.Ε.Ο.) του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας στην πόλη της Καστοριάς. Η Δομή παρέχει υπηρεσίες εξατομικευμένης συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης στα μέλη ανθρώπινου δυναμικού του Ιδρύματος και ιδίως στον φοιτητικό πληθυσμό. Το γραφείο της Δομής λειτουργεί καθημερινά (Δευτέρα έως Παρασκευή από τις 09:00 έως τις 17:00) και σε αυτή μπορεί να απευθυνθεί οποιοσδήποτε μέλος της ακαδημαϊκής κοινότητας επιθυμεί υπηρεσίες ψυχολογικής και συμβουλευτικής υποστήριξης. Παρέχονται ατομικές συνεδρίες δωρεάν συνολικής διάρκειας ενός εξαμήνου.

Οι ενδιαφερόμενοι/-ες μπορούν να συμπληρώνουν την φόρμα αιτήματος συμβουλευτικής στον κάτωθι σύνδεσμο:

<https://myfeo.uowm.gr/tomeis-kai-ypiresies/domi-psychologikis-kai-symvoyleytikis-ypostirixis/ypiresies-psychologikis-kai-symvoyleytikis-ypostirixis>

Για οποιαδήποτε πληροφορία ή περαιτέρω στην Καστοριά:

Τόζιου Θεολογία κτίριο Γ2 εντός της Πανεπιστημιούπολης, περιοχή Φούρκα

Τηλ.: 2467440017 e-mail:myfeo.psy.kas@uowm.gr

**Ιστοσελίδα:** [myfeo.uowm.gr](http://myfeo.uowm.gr)