

του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης

ΕΝΑΡΞΗ ΘΕΡΙΝΗΣ ΔΡΑΣΗΣ

ΙΟΥΛΙΟΣ / ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2026

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ

Για τους φοιτητές όλων των τμημάτων του Δ.Π.Θ.
Δηλώσεις συμμετοχής ως 30 Ιουνίου 2026
στον παρακάτω QR σύνδεσμο

Σε ένα ασφαλές ομαδικό πλαίσιο 6 συναντήσεων θα εστιάσουμε στην κατανόηση του άγχους και την σύνδεση του με την προσωπική μας ιστορία.

Θα στοχεύσουμε στην συναισθηματική ενδυνάμωση, την αναζήτηση αποτελεσματικών τρόπων αυτοϋποστήριξης και την ανακούφιση από δυσάρεστα συμπτώματα.



τηλ. επικοινωνίας: 2510462411