



**Η Διοικήτρια του «Γ.Ν.Α. Ο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ – ΟΦΘΑΛΜΙΑΤΡΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ – ΠΟΛΥΚΛΙΝΙΚΗ»**

**Π. Γκουλάκη-Μητσάκη**

**σας προσκαλεί**

**την Παρασκευή, 17 Μαΐου 2019 και ώρες 9:00 -14:00**

**στην Ημερίδα με θέμα :**

***«Άγχος και Στρες: Στρατηγικές Διαχείρισης»***

**Η Ημερίδα θα πραγματοποιηθεί στην Αίθουσα Εκδηλώσεων του Δώματος του Γ.Ν.Α «Ο Ευαγγελισμός» (11<sup>ος</sup> όροφος, κτίριο ΑΧΕΠΑ).**



**«Γ.Ν.Α. Ο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ – ΟΦΘΑΛΜΙΑΤΡΕΙΟ  
ΑΘΗΝΩΝ – ΠΟΛΥΚΛΙΝΙΚΗ»**

**Ημερίδα**

***«Άγχος και Στρες: Στρατηγικές Διαχείρισης»***

**Παρασκευή, 17 Μαΐου 2019, 9:00 -14:00**

**Αίθουσα Εκδηλώσεων, Δώμα, Γ.Ν.Α «Ο Ευαγγελισμός»  
(11<sup>ος</sup> όροφος, κτίριο ΑΧΕΠΑ).**

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

**8:00-9:00 ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗ-ΕΓΓΡΑΦΕΣ-ΚΑΦΕΣ**

**9:00-9:15 Χαιρετισμός Διοικήτριας, κας Π. Γκουλάκη- Μητσάκη.**

### **1η ΕΝΟΤΗΤΑ «ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΣΤΡΕΣ: ΕΝΝΟΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΙ»**

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ: Τριανταφύλλου Βασιλική, Διευθύντρια Ψυχιατρικού Τμήματος και Κεϊμαλή Ελένη, ΤΕ Νοσηλευτριών, MSc, PhD, Διευθύντρια Νοσηλευτικής Υπηρεσίας

9:15-9:35 Παπαγεωργίου Γεώργιος, Ψυχίατρος, Διευθυντής ΕΣΥ, PhD, Επιστημονικά και Διοικητικά Υπεύθυνος Κ.Ψ.Υ. Παγκρατίου, Τμήμα Ενηλίκων

#### **«ΝΕΥΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ»**

9:35-9:55 Τασούλας Στέργιος, ΠΕ Ψυχολόγων, MSc

#### **«Η ΝΕΥΡΩΣΙΚΗ ΤΡΙΑΔΑ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΣΤΗ ΣΚΕΨΗ ΜΑΣ ΚΑΙ ΜΙΑ ΡΕΑΛΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΤΑΣΗ ΓΙΑ ΑΠΕΜΠΛΟΚΗ»**

9:55-10:15 Τουμπούκη Δήμητρα, ΠΕ Νοσηλεύτρια, MSc

#### **«ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΠΑΝΙΚΟΣ»**

### **2η ΕΝΟΤΗΤΑ «ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΣΘΕΝΕΙΑ»**

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ: Παπαγεωργίου Γεώργιος, Ψυχίατρος, Διευθυντής ΕΣΥ, PhD και Γιαννακίδου Μαρία, Προϊσταμένη Τομέα Ψυχικής Υγείας Νοσηλευτικής Υπηρεσίας

10:15-10:35 Αναγνωστοπούλου Αθανασία, ΠΕ Ψυχολόγων, MSc

#### **«ΣΧΕΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΘΕΝΟΥΣ»**

10:35-10:55 Κουμαντάκη Βιβή, ΠΕ Ψυχολόγος, MSc (Σύλλογος Κ.Ε.Φ.Ι.)

#### **«ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ ΣΕ ΟΓΚΟΛΟΓΙΚΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ»**

10:55-11:15 Σαρρή Αγγελική, ΠΕ Ψυχολόγων

**«ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ»**

11:15-11:35 Δραγούμη Δήμητρα, Ψυχίατρος, Διευθύντρια ΕΣΥ

**«ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ»**

**11:35-12:00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΚΑΦΕ-ΣΝΑΚ**

**3η ΕΝΟΤΗΤΑ «ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ»**

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ: Τασούλας Στέργιος, ΠΕ Ψυχολόγων, MSc και Καμπισιούλη Ευσταθία, ΤΕ Νοσηλεύτρια, MSc, Προϊσταμένη Νοσηλευτικού Άξονα, Υπεύθυνη Εκπαίδευσης Χ.Ν.Ε.

12:00-12:20 Δούκη Σταματίνα, ΤΕ Νοσηλεύτρια, MSc, PhD (C), Προϊσταμένη Ψυχιατρικού Ξενώνα Γ.Ν.Α. «Ο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ»

**«ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΑΓΧΟΣ - ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ»**

12:20-12:40 Κασσωτάκη Ευαγγελία, ΠΕ Ψυχολόγων, MSc

**«ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΑΓΧΟΣ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΥΓΕΙΑΣ-ΠΑΘΟΓΕΝΕΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ»**

12:40-13:00 Μπουτζίκας Απόστολος, ΤΕ Νοσηλευτών, MSc

**«TIME AND STRESS MANAGEMENT»**

**4η ΕΝΟΤΗΤΑ «ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ»**

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ: Αναγνωστοπούλου Αθανασία, ΠΕ Ψυχολόγων, MSc και Λιώνης Χρήστος, ΤΕ Νοσηλεύτης, Αναπληρωτής Προϊστάμενος Ψυχιατρικού Τμήματος

13:00-13:20 Καρνατζίκου Δάφνη, ΤΕ Νοσηλευτριών, MSc (C)

**ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ**

13:20-13:40 Σκουρλή Ισιδώρα, ΠΕ Νοσηλευτριών, MSc, Phd (C)

**ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΣΤΡΕΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ**

**13:40-14:00 ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ**

## **ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

Παπαγεωργίου Γεώργιος, Ψυχίατρος, Διευθυντής ΕΣΥ, PhD, Επιστημονικά και Διοικητικά Υπεύθυνος Κ.Ψ.Υ. Παγκρατίου, Τμήμα Ενηλίκων.

Γιαννακίδου Μαρία, ΤΕ Νοσηλεύτρια, MSc, Προισταμένη Τομέα Ψυχικής Υγείας Νοσηλευτικής Υπηρεσίας.

Δραγούμη Δήμητρα, Ψυχίατρος, Διευθύντρια ΕΣΥ.

Καμπισιούλη Ευσταθία, ΤΕ Νοσηλεύτρια, MSc, Προϊσταμένη Νοσηλευτικού Άξονα, Υπεύθυνη Εκπαίδευσης Χ.Ν.Ε.

Παπαϊωάννου Αναστάσιος, ΠΕ Διοικητικού-Λογιστικού, MSc (C), Προϊστάμενος Αυτοτελούς Τμ. Ελέγχου Ποιότητας, Έρευνας και Συνεχιζόμενης Εκπαίδευσης.

Τασούλας Στέργιος, ΠΕ Ψυχολόγων, MSc.

Τσιμπούκη Δήμητρα, ΠΕ Νοσηλεύτρια, MSc.

## **ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

Κεϊμαλή Ελένη, ΤΕ Νοσηλευτριών, MSc, PhD, Διευθύντρια Νοσηλευτικής Υπηρεσίας.

Αναγνωστοπούλου Αθανασία, ΠΕ Ψυχολόγων, MSc.

Καρκαλιώρης Γεώργιος, ΤΕ Νοσηλευτής, MSc, Προϊστάμενος Νοσηλευτικού Άξονα

Καρουσινάκη Φωτεινή, ΤΕ Νοσηλεύτρια, MSc.

Πίκουλα Βασιλική, ΤΕ Νοσηλεύτρια, MSc, Προισταμένη Μονάδας Εμφραγμάτων

Σαρρή Αγγελική, ΠΕ Ψυχολόγων.

## **Πληροφορίες:**

Παπαϊωάννου Αναστάσιος, Καρουσινάκη Φωτεινή,

Αυτοτελές Τμήμα Ελέγχου Ποιότητας, Έρευνας και Συνεχιζόμενης Εκπαίδευσης (Α.Τ.Ε.Π.Ε.Σ.Ε.)

Τηλ. Επικοινωνίας: 2132041781

Email: [sunekpaideusi@evaggelismos-hosp.gr](mailto:sunekpaideusi@evaggelismos-hosp.gr)