

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

Το Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας παρέχει ένα ευρύ φάσμα καινοτόμων ψυχοκοινωνικών δράσεων για την ολιστική φροντίδα όλων των μελών του ανθρώπινου δυναμικού του, υπογραμμίζοντας εμφατικά 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 **Κοζάνης** λειτουργεί γραφείο για την οργάνωση και ανάπτυξη των αθλητικών, πολιτιστικών και εθελοντικών δράσεων της Ολιστικής Μέριμνας.

Για το τρέχον ακαδημαϊκό έτος **2025-2026** έχουν ξεκινήσει οι κάτωθι αθλητικές και πολιτιστικές δράσεις στην πόλη της Κοζάνης:

- Γυμναστήριο και Όργανα Γυμναστικής (Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Κοίλα Κοζάνης)
- Yoga (Αίθουσα Ευεξίας, Κτήριο Πανεπιστημίου στον Άγιο Δημήτριο Κοζάνης)
- Latin (Αίθουσα Ευεξίας, Κτήριο Πανεπιστημίου στον Άγιο Δημήτριο Κοζάνης)
- Παραδοσιακοί Χοροί (Αίθουσα Ευεξίας, Κτήριο Πανεπιστημίου στον Άγιο Δημήτριο Κοζάνης)
- Πινγκ Πονγκ (Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Κοίλα Κοζάνης)
- Ομάδα Βόλεϊ (Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Κοίλα Κοζάνης)
- Σκάκι (Εξ αποστάσεως)
- Booklab, εξ αποστάσεως μέσω Zoom
- Τουρνουά Μπάσκετ (Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο Κοίλα Κοζάνης)
- Μουσική Ομάδα
- Ομάδα Πεζοπορίας
- Θεατρική Ομάδα
- Ομάδα Φωτογραφίας
- Σύγχρονοι Χοροί - Swing
- Ασκήσεις Ρυθμικής

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. Για τους/τις φοιτητές/τριές που διαμένουν στις εστίες ή δικαιούνται δωρεάν σίτιση, η συμμετοχή στις δράσεις της Ολιστικής είναι **δωρεάν**.

Εξαίρεση αποτελούν τα Όργανα Γυμναστικής, όπου:

Α. Ογδόντα ευρώ (80€) ετήσια συνδρομή - σαράντα (40 €) εξάμηνη συνδρομή για όλο το ανθρώπινο δυναμικό του Πανεπιστημίου (ερευνητές/τριες, εκπαιδευτικό, εργαστηριακό, διοικητικό προσωπικό, συνεργάτες επιστήμονες/νισσες και ερευνητές/τριες, αποσπασμένοι διοικητικοί κ.λπ.) πλην προπτυχιακών φοιτητών/τριών

Σε περίπτωση προπληρωμής της ετήσιας συνδρομής επωφελείστε από μειωμένη τιμή η οποία ανέρχεται στα εβδομήντα ευρώ (70€).

Β. Σαράντα ευρώ (40€) ετήσια συνδρομή - είκοσι (20€) εξάμηνη συνδρομή για προπτυχιακούς/ες φοιτητές/τριες.

Σε περίπτωση προπληρωμής της ετήσιας συνδρομής επωφελείστε από μειωμένη τιμή η οποία ανέρχεται στα τριάντα πέντε ευρώ (35€).

6μηνη Συνδρομή		Ετήσια Συνδρομή (20% Έκπτωση)	
Προπτυχιακοί Φοιτητές/τριες	Ανθρώπινο δυναμικό ΠΑΜ	Προπτυχιακοί Φοιτητές/τριες	Ανθρώπινο δυναμικό ΠΑΜ
20€	40€	35€ αν γίνει ετήσια προπληρωμή	70€ αν γίνει ετήσια προπληρωμή

Ον/μο δικαιούχου: ΕΙΔΙΚΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ ΚΟΝΔΥΛΙΩΝ ΕΡΕΥΝ

Για την καταβολή του ποσού:

IBAN: GR61 0110 3770 0000 3775 4067 223 (Εθνική Τράπεζας της Ελλάδος).

Αιτιολογία Κατάθεσης:

Ονομασία Δράσης_Πόλη_Ονοματεπώνυμο

Οι ενδιαφερόμενοι/ες θα αποστέλλουν το αποδεικτικό μέσω e-mail στη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου wellbeing@uowm.gr.



Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να ακολουθήσετε τον παρακάτω σύνδεσμο <https://holistic.uowm.gr>. Για εγγραφή σε δράση της Ολιστικής, παρακαλούμε να αποστείλετε e-mail στη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου wellbeing@uowm.gr (στο οποίο θα αναφέρονται: το ονοματεπώνυμο, το ακαδημαϊκό e-mail, το Ακαδημαϊκό Τμήμα, τηλέφωνο επικοινωνίας, δικαιούχος/α δωρεάν σίτισης/στέγασης, καθώς και η 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 Κοζάνης:

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

E-mail: 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 Κοζάνης.. 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 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 διευκρίνιση, μπορείτε να επικοινωνήσετε με το γραφείο της ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ. στην πόλη της Κοζάνης:

- Κοζάνη Σεψά Ελπίδα Πάρκο Αγ. Δημητρίου, 2ος όροφος
Τηλ.:2461056275 e-mail:myfeo.psy.koz@uowm.gr
- Κοζάνη (Κοίλα) Τσινούλη Άννα Φοιτητική Εστία, Κοίλα Κοζάνης
Τηλ.:2461056274 e-mail:myfeo.psy.gre@uowm.gr
- Ιστοσελίδα: myfeo.uowm.gr