



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ ΚΑΙ Β/ΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΡΗΤΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ  
(Κ.Ε.Σ.Υ.) ΡΕΘΥΜΝΟΥ**

**Ρέθυμνο, 7-5-2021**

**Αριθμ. Πρωτ.: 577**

Ταχ. Δ/ση: Νικ. Ψαρρού 50, Ρέθυμνο

Ταχ. Κώδ.: 741 33

Πληροφορίες: Δ. Αντωνιάδου

Τηλέφωνο: 28310 35185

Email: [mail@kesy.reth.sch.gr](mailto:mail@kesy.reth.sch.gr)

**ΠΡΟΣ: 1. Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ρεθύμνου  
2. Λύκεια Ν. Ρεθύμνης)  
3. Γονείς και μαθητές της Γ΄ Λυκείου (Μέσω των  
σχολικών μονάδων)**

**ΚΟΙΝ.: 1. Περιφερειακή Διεύθυνση Α/θμιας και Β/θμιας  
Εκπαίδευσης Κρήτης  
2. Περιφερειακό Κέντρο Εκπαιδευτικού Σχεδιασμού  
(ΠΕ.Κ.Ε.Σ.) Κρήτης  
3. ΚΕΣΥ Ηρακλείου  
4. ΚΕΣΥ Λασιθίου  
5. ΚΕΣΥ Χανίων  
6. Οργανωτική Συντονίστρια κ. Βιδάκη Ειρήνη  
7. Συντονίστρια Ειδικής Αγωγής και Ενταξιακής  
Εκπαίδευσης κ. Γιγουρτάκη Μαρία  
8. Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου κλάδου ΠΕ60  
Νηπιαγωγών κ. Σιμιτζή-Δέλλα Ελευθερία  
9. Συντονιστή Εκπαιδευτικού Έργου Β/θμιας Εκπ/σης  
κ. Στριλιγκά Γεώργιο**

**ΘΕΜΑ: «Εσπερίδα για τους υποψηφίους των πανελληνίων εξετάσεων»**

**ΕΣΠΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΤΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ**

**«Οδηγίες προς ναυτιλομένους, γονείς και παιδιά, στο ταξίδι των πανελληνίων εξετάσεων»**

Τα τέσσερα ΚΕΣΥ της Κρήτης σε συνεργασία με την Περιφερειακή Διεύθυνση Εκπαίδευσης και το ΠΕΚΕΣ συνδιοργανώνουν εσπερίδα με σκοπό την ενημέρωση και την υποστήριξη των οικογενειών και των μαθητών που πρόκειται να συμμετάσχουν στις πανελλήνιες εξετάσεις κατά την παρούσα σχολική χρονιά αλλά και κάθε ενδιαφερόμενου που επιθυμεί να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά και δημιουργικά τις προκλήσεις της ζωής.

Παρακαλούνται οι διευθυντές να προωθήσουν την εκδήλωση σε γονείς και μαθητές Λυκείου.

*Η εσπερίδα με τίτλο «Οδηγίες προς ναυτιλομένους, γονείς και παιδιά, στο ταξίδι των πανελληνίων εξετάσεων» θα διεξαχθεί το Σάββατο 15 Μαΐου 2021 ώρα 6.00 μ.μ. έως 8.00 μ.μ. Η εσπερίδα θα*

υλοποιηθεί σε αίθουσα τηλεδιάσκεψης webex και παράλληλα θα μεταδίδεται για όλους απευθείας (live-streaming) μέσω του YouTube ιστοσελίδα του ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης. Για να παρακολουθήσετε ζωντανά στο YouTube ακολουθήστε τον παρακάτω σύνδεσμο:

<https://youtu.be/zA9BMY78Hv8>

Τα θέματα που θα αναπτυχθούν:

6.10-6.30 «Γονείς σύμμαχοι στις πανελλήνιες εξετάσεις» από την κ. Νικηφόρου Παρασκευή κλινική ψυχολόγο MA, MSc

6.30-6.50 «Πώς να τραβάμε κουπί χωρίς να μας κόβεται η ανάσα» από την κ. Πανωραία Γκάμαρη κλινική ψυχολόγο MSc

6.50- 7.10 «Η διατροφή, σύμμαχος στην εποχή των εξετάσεων» από την κ. Τυμπακιανάκη Χαρά διατροφολόγο διαιτολόγο

7.10- 8.00 Συζήτηση, αναστοχασμός και υποβολή ερωτήσεων από τους συμμετέχοντες.

**Η Προϊσταμένη του ΚΕΣΥ Ρεθύμνου**

Δέσποινα Αντωνιάδου