

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Πράξη «ΠΡΟΣΒΑΣΗ»:

Υποστήριξη Παρεμβάσεων

Κοινωνικής Μέριμνας Φοιτητών ΠΑΔΑ



Σεμινάριο - Εργαστήριο
"Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας
στη διανοητική λειτουργία και τις ακαδημαϊκές επιδόσεις"

ΔΕΥΤΕΡΑ 24 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2023

16:00 - 18:00

Αμφιθέατρο Φυσικής (αίθουσα Κ3.004)

Πανεπιστημιούπολη «ΑΛΣΟΣ ΑΙΓΑΛΕΩ» ΠΑΔΑ

Αγίου Σπυρίδωνος 28, Αιγάλεω 12243



Διοργάνωση:

ΠΑΔΑ – Πράξη «ΠΡΟΣΒΑΣΗ»

<https://prosvasi.uniwa.gr>



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Ειδική Υπηρεσία Διαχείρισης
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
Πράξη «ΠΡΟΣΒΑΣΗ»: ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΠΑΔΑ

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ-ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

“Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας
στη διανοητική λειτουργία και τις ακαδημαϊκές επιδόσεις”

Δευτέρα 24 Απριλίου 2023, ώρα 16:00-18:00

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΦΥΣΙΚΗΣ (ΑΙΘΟΥΣΑ Κ3.004) Πανεπιστημιούπολη «ΑΛΣΟΣ ΑΙΓΑΛΕΩ» ΠΑΔΑ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

16:00-16:15 Χαιρετισμός από τη Διοίκηση του ΠΑΔΑ και την Πράξη «ΠΡΟΣΒΑΣΗ»

Καθ. κ. Ε. Παπαγεωργίου, Αντιπρύτανης Ακαδημαϊκών Υποθέσεων & Φοιτητικής Μέριμνας
Καθ. κ. Μ. Ραγκούση, Επιστημονική Υπεύθυνη Πράξης «ΠΡΟΣΒΑΣΗ»

16:15-16:30 Ύμνος για σωματική και πνευματική ξεκούραση

Καθ. κ. Γεωργία Τρακαδά
Πνευμονολόγος - Καθηγήτρια Ιατρικής, ΕΚΠΑ

16:30-16:45 Σωματική και νοητική άσκηση μέσω της επιτραπέζιας αντισφαίρισης: Ένα σταυροδρόμι προπονητικής, νευροεπιστήμης και τεχνολογίας

κ. Πολυχρόνης Πολίτσης
Ψυχολόγος – Προπονητής επιτραπέζιας αντισφαίρισης, μέλος ΔΣ ΠΑΣΥΠΠΑ
κ. Χρήστος Γκούμας
Γνωστικός Νευροεπιστήμονας & Υποψήφιος Διδάκτωρ Πειραματικής Ψυχολογίας

16:45-17:00 Ο ρόλος της σωματικής άσκησης στην ψυχική υγεία και τη ρύθμιση των συναισθημάτων

Δρ. Σοφία Τριανταφυλλίδου
Ψυχολόγος, Συνεργάτης «Πρόσβασης» ΠΑΔΑ

17:00-17:15 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΚΑΦΕ

17:15-17:30 Σύγχρονος Τρόπος Ζωής και Υποκινητικότητα: Ο Ρόλος της Φυσικής Δραστηριότητας

Δρ. Ελένη Θεοδοροπούλου
Ειδικός στη Φυσική Δραστηριότητα, ΤΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ

17:30-17:45 Οφέλη της κίνησης στη νόσηση και τη συγκέντρωση

κ. Γεώργιος Μήτσιου,
Φυσικοθεραπευτής, Συνεργάτης «Πρόσβασης» ΠΑΔΑ

17:45-18:00 Κίνηση και ακαδημαϊκή απόδοση

Δρ. Παντελής Νικολαΐδης,
Φυσική Αγωγή ΑμεΑ, Συνεργάτης «Πρόσβασης» ΠΑΔΑ



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Ειδική Υπηρεσία Διαχείρισης
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

