  

**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

**ΟΜΑΔΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΓΙΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ ΑΠΟ ΤΟ ΙΝΕ ΓΣΕΕ ΚΡΗΤΗΣ ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΣΗΤΕΙΑΣ**

Το **Ινστιτούτο Εργασίας της ΓΣΕΕ Κρήτης** στο πλαίσιο των Υπηρεσιών του Δικτύου Πληροφόρησης και Συμβουλευτικής Εργαζομένων και Ανέργων σε συνεργασία με το με το **Κέντρο Κοινότητας** και το **Κοινωνικό Παντοπωλείο του Δήμου Σητείας**, θα πραγματοποιήσει δωρεάν εργαστήριο επαγγελματικής συμβουλευτικής με τίτλο **Διαχείριση Εργασιακού Άγχους.**

Το βιωματικό εργαστήριο θα γίνει στις **23/10/2019** και ώρα **18.00 έως 20.00** στο **Κτίριο ΚΑΠΗ** (*Γαβριήλ Αρκαδίου & Καζαντζάκη γωνία, Σητεία*).

Σκοπός του βιωματικού εργαστηρίου είναι η **κατανόηση** του πλαισίου και των συνθηκών που συμβάλλουν στην ανάδυση του εργασιακού άγχους καθώς και των **επιπτώσεων** του στην επαγγελματική υγεία και ασφάλεια. Παράλληλα, στοχεύει στην **ανάπτυξη** των δεξιοτήτων διαχείρισης της στρεσογόνου καθημερινότητας στους χώρους εργασίας.

**Το πλαίσιο**

Τα ομαδικά εργαστήρια αποτελούν δράσεις που εντάσσονται στο πλαίσιο της Πράξης "Εξ αποστάσεως και δια ζώσης υπηρεσίες Πληροφόρησης και Συμβουλευτικής Υποστήριξης και Ενδυνάμωσης Εργαζομένων και Ανέργων", του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση – ΕΣΠΑ 2014-2020» που συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και το Ελληνικό Δημόσιο, του Υποέργου 2 «Λειτουργία των εξ’ αποστάσεως και δια ζώσης υπηρεσιών νομικής και επαγγελματικής πληροφόρησης και συμβουλευτικής στις Μονάδες παροχής υπηρεσιών καθώς και των υπηρεσιών Πληροφόρησης και Συμβουλευτικής των ανέργων στα εξειδικευμένα κέντρα προώθησης στην απασχόληση στον άξονα των περιφερειών μετάβασης (ΜΕΤ)».

[ΕΣΠΑ-"Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση"](ΕΣΠΑ-%22Ανάπτυξη%20Ανθρώπινου%20Δυναμικού,%20Εκπαίδευση%20και%20Διά%20Βίου%20Μάθηση%22) <https://empedu.gov.gr>

Για περισσότερες πληροφορίες, σχετικά με το **Δίκτυο Υπηρεσιών Πληροφόρησης & Συμβουλευτικής Εργαζομένων και Ανέργων** μπορείτε να απευθύνεστε στο:

**ΙΝ.Ε. / Γ.Σ.Ε.Ε. Κρήτης**, (Ανρέα Παπανδρέου 61 και Πατριάρχου Γρηγορίου Ε΄, Ηράκλειο)

Τηλ.& fax 2810 343616

Email: [kritiinediktio@inegsee.gr](mailto:kritiinediktio@inegsee.gr)

Web site [http://kriti.inegsee.gr](https://mailserver.inegsee.gr/owa/redir.aspx?REF=BniQwLTZSomQbJ4h9lKud2e8SJBKQWaUgH4x9-5fgLnVvi7OMxzVCAFodHRwOi8va3JpdGkuaW5lZ3NlZS5ncg..), [http://www.inegsee.gr/](https://mailserver.inegsee.gr/owa/redir.aspx?REF=ap1YmR1PIfS9O0Fb8qjAKgP15xxkHxcXxEkCR6kVNVLVvi7OMxzVCAFodHRwOi8vd3d3LmluZWdzZWUuZ3Iv),

**f**[ΙΝΕ - ΓΣΕΕ ΚΡΗΤΗΣ](https://mailserver.inegsee.gr/owa/redir.aspx?REF=-RQzvp5pR-S3B6_1De7_uG3vfYj38uhEr40dc5LhwefVvi7OMxzVCAFodHRwczovL3d3dy5mYWNlYm9vay5jb20vaW5lZ3NlZWtyaXRpcy8.)