



0009669623

Αποστολέας: Αναστασία Χαριτίδου achariti@phyed.duth.gr

Ημερομηνία Αποστολής: Δευτέρα, 14 Μαρτίου 2022

Προς: Κοσμητεία Πολυτεχνικής Σχολής

Αποδέκτες: secr@bscc.duth.gr

Θέμα Εγγράφου: πρόσκληση για συμμετοχή φοιτητών σε έρευνα. παρακαλώ προωθήστε.

Χαίρετε!

Θα σας παρακαλούσα να προωθήσετε- δημοσιεύσετε την παρακάτω πρόσκληση συμμετοχής σε μεταπτυχιακή έρευνα είτε στα mailing lists των φοιτητών σας, είτε στις ανακοινώσεις του πανεπιστημίου. Η βοήθεια σας είναι εξαιρετικά σημαντική για την σωστή διεξαγωγή της έρευνας!

Η έρευνα πραγματοποιείται στα πλαίσια του διατμηματικού μεταπτυχιακού προγράμματος "άσκηση και ποιότητα ζωής" των ΤΕΦΑΑ του ΔΠΘ και του ΠΘ.

Πρόσκληση συμμετοχής σε online προγράμματα ολιστικής άσκησης.

Στα πλαίσια της μεταπτυχιακής έρευνας “Η επίδραση των προγραμμάτων ολιστικής άσκησης στην αυτοσυμπόνια και την ενσυνειδητότητα φοιτητών ελληνικών ακαδημαϊκών ιδρυμάτων”, σας προσκαλούμε να λάβετε μέρος σε 6 online συναντήσεις QiGong ή Δημιουργικής Κίνησης (στο τέλος της έρευνας θα έχετε πρόσβαση σε όλο το βιντεοσκοπημένο υλικό!). 1-3 & 8-10 Απριλίου.

Γνωρίζουμε πως οι φοιτητες είναι συχνά εκτεθειμένοι σε στρεσογόνους παράγοντες που σχετίζονται, με ακαδημαϊκούς, προσωπικούς, οικογενειακούς ή οικονομικούς λόγους, και η συμμετοχή σε προγράμματα ολιστικής άσκησης σύμφωνα με πληθώρα ερευνών, σχετίζεται θετικά με την ψυχική, συναισθηματική και σωματική υγεία! Επιπλέον η αυτοσυμπόνια και η ενσυνειδητότητα μπορούν να συμβάλλουν στην ποιότητα ζωής και στην ευημερία.

Περισσότερες λεπτομέρειες θα βρείτε στην παρακάτω φόρμα, η συμμετοχή σας είναι ανώνυμη και εθελοντική!

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeZjdiHTxNX7Wdl7JGYqR3KmDRTfl1vTTErVEXJgDyALkzWnA/viewform?usp=sf_link

Σας ευχαριστώ πολύ και καλή αντάμωση,

Αναστασία Χαριτίδου

ερευνήτρια σε θέματα εμπύχωσης και ενσωμάτωσης, μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο πρόγραμμα “Άσκηση και Ποιότητα Ζωής” των ΔΠΘ και ΠΘ.

achariti@phyed.duth.gr