



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ,  
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΕΡΙΦ. Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ & Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ  
ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ  
ΤΗΝ ΑΕΙΦΟΡΙΑ ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ  
Διεύθυνση : Παύλου Μπακογιάννη 4,  
ΤΚ 36 100, Καρπενήσι  
Πληροφορίες: Κοπανάκης Εμμανουήλ  
Τηλ.: 22370 80843,  
e-mail : [mail@kpe-karpen.eyr.sch.gr](mailto:mail@kpe-karpen.eyr.sch.gr)  
Ιστοσελίδα: <http://kpe-karpen.eyr.sch.gr>

Καρπενήσι, 21/10/2025

Αρ. Πρωτ: 95

Προς:  
Διευθύνσεις Α/θμιας και Β/θμιας Εκπαίδευσης των  
Περιφερειακών Δνσεων Αττικής και Στερεάς  
Ελλάδας

Κοιν:  
Περιφερειακή Δνση Αθμιας & Βθμιας Εκπαίδευσης  
Στερεάς Ελλάδας  
Περιφερειακός Επόπτης Ποιότητας Εκπαίδευσης  
ΠΔΕ Στερεάς Ελλάδας

## Θέμα: «Πρόσκληση Ενδιαφέροντος σε Σεμινάριο του ΚΕΠΕΑ Καρπενησίου»

Το Κέντρο Εκπαίδευσης για το Περιβάλλον και την Αειφορία Καρπενησίου, προτίθεται να διοργανώσει σεμινάριο με τίτλο «**Mindful Nature - Ενσυνείδητη Φύση**» στο πλαίσιο λειτουργίας του αντίστοιχου Θεματικού Δικτύου από τη **Παρασκευή 12 Δεκεμβρίου (ώρα 19:00) έως και τη Κυριακή 14 Δεκεμβρίου (ώρα 14:00)**.

Απευθύνεται σε Εκπαιδευτικούς Α/θμιας και Β/θμιας Εκπαίδευσης των Δνσεων Α/θμιας και Β/θμιας Εκπαίδευσης Αττικής και Στερεάς Ελλάδας, καθώς και στα Μέλη του Δικτύου.

Θα περιλαμβάνει 2 βιωματικές περιβαλλοντικές διαδρομές στο φυσικό περιβάλλον της Ευρυτανίας περ. 4 χλμ έκαστη με δραστηριότητες:

Βάδισμα σε μονοπάτια ιδιαίτερης φυσικής ομορφιάς  
Παιχνίδια γνωριμίας και ενεργοποίησης  
Φυσικές παρατηρήσεις οικοσυστήματος και περιβαλλοντική ερμηνεία  
Διδακτικές Ιστορίες και αινίγματα  
Βίωση της ηρεμίας του Δάσους  
Ασκήσεις χρήσης των αισθήσεων  
Ασκήσεις ενεργοποίησης της προσοχής  
Ασκήσεις ενσυνειδητότητας

Στόχος της σεμιναριακής δράσης είναι η επιμόρφωση των Συμμετεχόντων, ώστε να εμβαθύνουν και να διευρύνουν τις δυνατότητες τους στο συγκεκριμένο θέμα της Ενσυνειδητότητας στη Φύση με παράλληλη εξέλιξη της πολλαπλασιαστικής τους ικανότητας.

Στην ιστοσελίδα του ΚΕΠΕΑ Καρπενησίου υπάρχουν πρόσθετες πληροφορίες για το Δίκτυο και το αντίστοιχο περιβαλλοντικό πρόγραμμα.

Αιτήσεις συμμετοχής, μόνο ηλεκτρονικά, έως 2 Νοεμβρίου. Σε περίπτωση πληθώρας Ενδιαφερομένων Εκπαιδευτικών θα δοθούν πρόσθετες εναλλακτικές ημερομηνίες για τον Ιανουάριο και Φεβρουάριο 2026. Η αξιολογική σειρά (σε περίπτωση που δεν ικανοποιηθούν όλες οι αιτήσεις) θα καθοριστεί από την αντίστοιχη Διεύθυνση σύμφωνα με τη κείμενη νομοθεσία. Παρακαλούνται οι ενδιαφερόμενοι να συμπληρώσουν ηλεκτρονικά



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα  
Ανθρώπινο Δυναμικό και  
Κοινωνική Συνοχή

τη παρακάτω αίτηση συμμετοχής, κοινοποιώντας την (μέσω e-mail που θα λάβουν) και στην αντίστοιχη Δνση Εκπαίδευσης όπου ανήκουν:

<https://forms.gle/PCjhfpP5yKdm1emH9>

Για αποτελεσματική λειτουργία της άνω φόρμας, μπορείτε να αντιγράψετε και να επικολλήσετε το κείμενο του συνδέσμου στον φυλλομετρητή σας.

Το σεμινάριο θα διεξαχθεί χωρίς δαπάνες για το Δημόσιο, ωστόσο οι Εκπαιδευτικοί μπορούν να αιτηθούν (στην άνω ηλεκτρονική φόρμα) χρήσης της Μαθητικής Εστίας Καρπενησίου, για έως 30 κλίνες, για οικονομική τους διανυκτέρευση (με 3 € ανά διανυκτέρευση με σεντόνια, μαξιλαροθήκη, πετσέτα των Συμμετεχόντων, άνευ πρωινού, με κοινόχρηστα μπάνια, διαμονή σε τρίκλινα δωμάτια).

Πρόσθετες πληροφορίες θα σταλούν απευθείας στις ηλεκτρονικές διευθύνσεις των Συμμετεχόντων. Σε όσους παρακολουθήσουν το σεμινάριο θα δοθεί βεβαίωση συμμετοχής.

Ο Προϊστάμενος

Κοπανάκης Εμμανουήλ