



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

Οι φωτεινές πλευρές της "Αναπηρίας":
Σωματική Άσκηση, Αθλητισμός και (Ψυχική) Υγεία

Σάββατο 3 Δεκεμβρίου 2022, ώρα 10:30-17:00
ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ «ΑΡΧΑΙΟΥ ΕΛΑΙΩΝΑ» ΠΑΔΑ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30-11:00** Χαιρετισμός από τη Διοίκηση του ΠΑΔΑ και την Πράξη «ΠΡΟΣΒΑΣΗ»
Καθ. Π. Καλδής, Πρύτανης ΠΑΔΑ
Καθ. Ε. Παπαγεωργίου, Αντιπρύτανης Ακαδημαϊκών Υποθέσεων & Φοιτητικής Μέριμνας
Καθ. Γ. Πάντζιου, Αντιπρύτανης Διοικητικών Υποθέσεων, Μέλος Επιτροπής «ΠΡΟΣΒΑΣΗΣ»
κ. Βιργινία Στεφανοπούλου, Διευθύντρια, Διεύθυνση Φοιτητικής Μέριμνας ΠΑΔΑ
Καθ. Μ. Ραγκούση, Επιστημονική Υπεύθυνη Πράξης «ΠΡΟΣΒΑΣΗ»
Καθ. Δ. Μπακαλίδου, Μέλος Επιτροπής «ΠΡΟΣΒΑΣΗΣ»
- 11:00-11:20** Παρουσίαση της Εθνικής Ομάδας Ποδοσφαίρου Ακρωτηριασμένων Ατόμων
Αλέξανδρος Υδραίος, φοιτητής ΠΑΔΑ &
Μέλη της Εθνικής Ομάδας Ποδοσφαίρου Ακρωτηριασμένων Ατόμων
- 11:20-11:40** Μέθοδος προπόνησης στην επιτραπέζια αντισφαίριση για αθλητές ΑμεΑ (Μοντέλο Πολίτη)
Πολυχρόνης Πολίτης (ON-LINE παρουσίαση)
Ομοσπονδιακός Προπονητής Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης – Ψυχολόγος



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



- 11:40-12:00** **Νοητική ενδυνάμωση μέσω εικονικής πραγματικότητας σε αθλητές ΑμεΑ**
Χρήστος Γκούμας
Υποψήφιος Διδάκτωρ Πειραματικής Γνωστικής Ψυχολογίας
- 12:00-12:20** **Πρόγραμμα εξάσκησης ψυχολογικών δεξιοτήτων για αθλητές ΑμεΑ**
Βασίλης Ξερνός
Ψυχολόγος – Αθλητικός Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπευτής
- 12:20-12:40** **ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΚΑΦΕ**
- 12:40-13:00** **Το βίωμα της αναπηρίας μέσα από την ενασχόληση με την επιτραπέζια αντισφαίριση**
Παναγιώτης Ιωάννου
Δημοσιογράφος – Αθλητής, πρώην Μέλος Εθνικής Ομάδας (3^{ος} στο Παγκόσμιο Νέων 2014)
- 13:00-13:20** **Ο αθλητισμός ως μέσο κοινωνικοποίησης, κοινωνικής ένταξης και κατάκτησης στόχων**
Γιώργος Βαρβεράκης
Ομοσπονδιακός Προπονητής Ποδηλασίας και Ποδηλασίας ΑμεΑ
- 13:20-13:40** **Η ζωή ενός αθλητή με αναπηρία**
Νίκος Παπαγγελής
Παραολυμπιονίκης Ποδηλασίας
- 13:40-14:00** **Ερωτήσεις – Συζήτηση**
Συντονισμός: Δρ. Παντελής Νικολαΐδης & Αλέξανδρος Υδραΐος



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



- 14:00-14:40** **ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΕΛΑΦΡΥ ΓΕΥΜΑ**
- 14:40-15:00** **Εργομετρία, μέτρηση και αξιολόγηση για αθλητές ΑμεΑ**
Δρ. Παντελής Νικολαΐδης,
Φυσική Αγωγή ΑμεΑ, Συνεργάτης «Πρόσβασης» ΠΑΔΑ
- 15:00-15:20** **Οι ευεργετικές επιδράσεις της σωματικής άσκησης στο καρδιαγγειακό και αναπνευστικό σύστημα**
Γεώργιος Μήτσιου,
Φυσικοθεραπευτής, Συνεργάτης «Πρόσβασης» ΠΑΔΑ
- 15:20-15:40** **Παροχές εκγύμνασης και άθλησης σε όλη την κοινότητα του ΠΑΔΑ (video)**
Ελισάβετ Λουκάϊτου,
Γυμνάστρια, Προϊσταμένη Τμήματος Αθλητισμού, ΠΑΔΑ
- 15:40-16:10** **Ατυχήματα και Αναπηρία: Οδηγική συμπεριφορά και Πρόληψη (video 30 min)**
Αλέξανδρος Υδραΐος,
Φοιτητής ΠΑΔΑ
- 16:10-16:30** **Ακρωτηριασμός-Αναπηρία: το ατομικό και το κοινωνικό πλαίσιο**
Νίκος Αλεξίου, Ψυχολόγος,
Προϊστάμενος Τμήματος Κοινωνικής Μέριμνας, Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης ΠΑΔΑ
- 16:30-17:00** **Ερωτήσεις – Συζήτηση – Κλείσιμο Ημερίδας**
Συντονισμός:
Νίκος Αλεξίου, Ψυχολόγος,
Προϊστάμενος Τμήματος Κοινωνικής Μέριμνας, Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης ΠΑΔΑ