



ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

Εξαμηνιαίο Ενημερωτικό Δελτίο





ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

Εξαμηνιαίο Ενημερωτικό Δελτίο

Εισαγωγικό κείμενο για το ενημερωτικό δελτίο

Η Ολιστική Μέριμνα του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας έχει αναπτύξει ένα ευρύ και δυναμικά εξελισσόμενο φάσμα δράσεων, οι οποίες αποσκοπούν στην ολιστική υποστήριξη των φοιτητών/φοιτητριών μας. Οι πρωτοβουλίες αυτές περιλαμβάνουν παρεμβάσεις ψυχοκοινωνικής ενδυνάμωσης, την προώθηση της σωματικής ευεξίας μέσω αθλητικών δραστηριοτήτων, την ενίσχυση της πολιτισμικής έκφρασης μέσω πολιτιστικών δράσεων, την καλλιέργεια της δημιουργικής έκφρασης μέσω δημιουργικών δραστηριοτήτων, καθώς και τη συγκρότηση ενός περιβάλλοντος που διέπεται από τις αρχές της συμπερίληψης και της συστηματικής υποστήριξης.

Η προσέγγιση αυτή αποσκοπεί στη διαμόρφωση μιας πολυεπίπεδης φοιτητικής εμπειρίας, η οποία αγκαλιάζει τη δημιουργικότητα, την κοινωνική συμμετοχή, την προσωπική εξέλιξη και την κοινωνικοποίηση. Αναγνωρίζεται, συνεπώς, ότι η φοιτητική ζωή δεν συγκροτείται αποκλειστικά στο πλαίσιο της ακαδημαϊκής εξέλιξης, αλλά διαμορφώνεται επίσης μέσα από την ποιότητα των καθημερινών εμπειριών, τη δικτύωση με την πανεπιστημιακή κοινότητα και τις ευκαιρίες επικοινωνίας και κοινωνικής και σωματικής ευεξίας.

Οι φοιτητές/φοιτήτριες του Ιδρύματος έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν ενεργά σε ποικίλες οργανωμένες αθλητικές, πολιτιστικές και δημιουργικές ομάδες, οι οποίες λειτουργούν στις πανεπιστημιακές εγκαταστάσεις του Π.Δ.Μ. που βρίσκονται στις πόλεις της Κοζάνης, της Φλώρινας, της Πτολεμαΐδας, της Καστοριάς και των Γρεβενών, ενισχύοντας τη σύνδεση της φοιτητικής ζωής με την τοπική κοινωνία, τον πολιτισμό και τον αθλητισμό.

Ελένη Γρίβα, Αντιπρύτανης Διεθνών Σχέσεων, Εξωστρέφειας και Ολιστικής Μέριμνας.

Γρεβενά



Όργανα Γυμναστικής



Ομάδα Ping Pong

Πτολεμαίδα



Γυναικεία Ομάδα Volley



Δεξιότητες στην Πισίνα



Θεατρική Ομάδα



Άθληση για όλους (Δήμος)



Ομάδα Εκμάθησης Σκάκι



Κολύμβηση



Ομάδα Μουσικής



Όργανα Γυμναστικής



Χορός

Κοζάνη



Γυναικεία
Ομάδα Volley



Ομάδα Latin



Ομάδα Tennis



Θεατρική Ομάδα
(ΔΗΠΕΘΕ)



Ομάδα Ping
Pong



Όργανα
Γυμναστικής



Ομάδα Εκμάθησης
Σκάκι



Ομάδα YOGA



Παραδοσιακοί
χοροί



Εκδήλωση “Νόμπελ Λογοτεχνίας στη Μητρική
μου Γλώσσα”



Εθελοντική Αιμοδοσία

Κατοργειά



Θεατρική Ομάδα



Ομάδα Μουσικής



Όργανα
Γυμναστικής



Ομάδα
Αυτοάμυνας



Ομάδα Book Lab



Ορειβατικός
Όμιλος



Κωπηλατική



Ομάδα Handball



Ομάδα YOGA



Ομάδα
Μοντέρνων
Χορών



Χριστουγεννιάτικη εκδήλωση της Μουσικής
Ομάδας 'Carols on Campus'



Χριστουγεννιάτικη Εκδήλωση "Secret Santa"

Φλώρινα



Εργαστήριο
Δημιουργικών Ιδεών



Ομάδα Εκμάθησης
Σκάκι



Πεζοπορία



Θεατρική Ομάδα



Ομάδα Latin-
aerobic



Παραδοσιακοί
χοροί



Ομάδα Τοξοβολίας



Όργανα
Γυμναστικής



Σύγχρονοι
Χοροί



Ομάδα Μουσικής



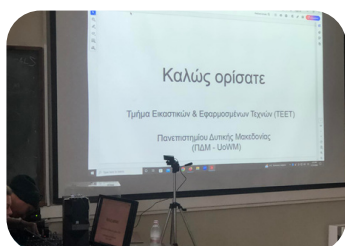
Ομάδα Tennis



Συμμετοχή στην εκδήλωση υποδοχής
πρωτοετών φοιτητών/τριών της Σχολής
Κοινωνικών και Ανθρωπιστικών Επιστημών.



Συμμετοχή στην εκδήλωση υποδοχής
πρωτοετών φοιτητών/τριών της Σχολής
Γεωπονικών Επιστημών.



Συμμετοχή στην εκδήλωση υποδοχής
πρωτοετών φοιτητών/τριών της Σχολής
Εικαστικών και Εφαρμοσμένων Τεχνών.

5th Annual Kasparov Chess Foundation University Cup



Η Ομάδα Σκάκι της Ολιστικής
Μέριμνας του Πανεπιστημίου
Δυτικής Μακεδονίας συμμετείχε στο
παγκόσμιο διαπανεπιστημιακό
τουρνουά σκάκι “5th Annual
Kasparov Chess Foundation
University Cup”.

Το τουρνουά διεξήχθη διαδικτυακά
από 1 έως 2 Φεβρουαρίου 2025,
προσελκύοντας παίκτες/παίκτριες
από 25 χώρες και 6 ηπείρους!

Η Ομάδα Σκάκι εκπροσώπησε το
ΠΔΜ, δίνοντας τον καλύτερο της
εαυτό.

Συγχαρητήρια σε όλους και σε όλες
για τη συμμετοχή και την
προσπάθεια!



ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

► Καστοριά

- Ομάδα Tennis

► Πτολεμαΐδα

- Ομάδα Yoga

► Κοζάνη

- Μουσική Ομάδα
- Μπάσκετ
- Αιμοδοσίες

► Φλώρινα

- Ομάδα Comic
- Ομάδα Νημάτων (soft club)
- Αιμοδοσίες
- Ημερίδες



Γίνε μέλος της ομάδας μας!

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ



[Holistic.uowm.gr](https://holistic.uowm.gr)



Ολιστική Μέριμνα Πανεπιστημίου
Δυτικής Μακεδονίας



[holistic.uowm](https://www.instagram.com/holistic.uowm)



wellbeing@uowm.gr
wellbeing2@uowm.gr



+302461068277

