

«Μαθαίνοντας τα συναισθήματά μας»: Βιωματική δράση από το Κέντρο Ημέρας Ψυχικής Υγείας Χίου

[Αυτοκέφαλες Εκκλησίες](#) / [Εκκλησία της Ελλάδος](#)



Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας, το Κέντρο Ημέρας Ψυχικής Υγείας Χίου του Φιλανθρωπικού Οργανισμού «ΑΠΟΣΤΟΛΗ» επισκέφθηκε το 4ο Νηπιαγωγείο Χίου, πραγματοποιώντας μια βιωματική δράση με επίκεντρο την αναγνώριση και την έκφραση των συναισθημάτων.

Μέσα από παιχνίδια και δημιουργικές δραστηριότητες, τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν καλύτερα τα συναισθήματά τους, να μάθουν να τα αναγνωρίζουν και να ανακαλύψουν τρόπους να εκφράζουν όσα νιώθουν.

Η δράση ανέδειξε τη σημασία της καλλιέργειας συναισθηματικών δεξιοτήτων από την προσχολική ηλικία, ενισχύοντας την κατανόηση του εαυτού μας, την ενσυναίσθηση και τον σεβασμό στα συναισθήματα των άλλων.





< img class="alignnone size-large wp-image-1565989" src="https://www.orthodoxianewsagency.gr/wp-content/uploads/2026/10/Chios-

Drasi-Pagkosmia-Hmera-Psychiki-Ygeia-13Oct26_2-1024x574.jpg"
width="1024" height="574" />

alt=""