Πρόγραμμα Επιμόρφωσης Εκπαιδευτικών για την Προαγωγή της Ψυχικής Υγείας στη Σχολική Κοινότητα

2026-2027

Υπό την Αιγίδα:

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού

ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΑΤΤΙΚΗ

Κατανοώντας την Εφηβεία: Παράγοντες Διαμόρφωσης της Συμπεριφοράς και Εργαλεία Διαχείρισης για Εκπαιδευτικούς

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου, 03.09.26, Προσέλευση: 10.00 π.μ.

Πίσω από κάθε συμπεριφορά στην τάξη υπάρχει ένα παιδί ή ένας έφηβος που προσπαθεί να επικοινωνήσει μια ανάγκη. Το σεμινάριο αυτό προσφέρει στους εκπαιδευτικούς ένα πλαίσιο για να κατανοήσουν τα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά της παιδικής και της εφηβικής ηλικίας, καθώς και τους συναισθηματικούς, κοινωνικούς και γνωστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη συμπεριφορά των μαθητών.
Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, οι συμμετέχοντες θα γνωρίσουν πρακτικές στρατηγικές διαχείρισης της τάξης, με έμφαση στη θετική σχέση εκπαιδευτικού–μαθητή και στη δημιουργία ενός ασφαλούς κλίματος.

Καλλιεργώντας την Ψυχική Ανθεκτικότητα: Ένα Βιωματικό Εργαστήριο για Εκπαιδευτικούς

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 04.09.26, Προσέλευση: 10.00 π.μ.

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινής σχολικής πραγματικότητας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αποκτήσουν εργαλεία για την αναγνώριση και πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης, καθώς και για την ενίσχυση της ψυχικής τους ανθεκτικότητας στο εκπαιδευτικό έργο.

Χώρος Διεξαγωγής: Holiday Inn Athens | Χάρτης ΕΔΩ

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ

Καλλιεργώντας την Ψυχική Ανθεκτικότητα: Ένα Βιωματικό Εργαστήριο για Εκπαιδευτικούς

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινής σχολικής πραγματικότητας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αποκτήσουν εργαλεία για την αναγνώριση και πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης, καθώς και για την ενίσχυση της ψυχικής τους ανθεκτικότητας στο εκπαιδευτικό έργο.

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ | 07.09.26 | Προσέλευση 8.30 π.μ. για εκπαιδευτικούς Α/θμιας & Β/θμιας

Χώρος Διεξαγωγής: Grecotel Egnatia Alexandroupolis | Διεύθυνση: Εντός Πάρκου Εγνατίας, Αλεξανδρούπολη – Παραλία, 68132 | Χάρτης ΕΔΩ

ΞΑΝΘΗ | 08.09.26 | Προσέλευση 8.30 π.μ. εκπαιδευτικοί Α/θμιας & 11.30 π.μ. εκπαιδευτικοί Β/θμιας

Χώρος Διεξαγωγής: Hotel Z Palace | Διεύθυνση: Γεωργίου Κονδύλη, 67100 Ξάνθη | Χάρτης ΕΔΩ

ΜΥΤΙΛΗΝΗ

Ψυχική Ανθεκτικότητα Εκπαιδευτικών

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 13.11.26 | Προσέλευση: 5:00 μ.μ. | Έναρξη: 5:30 μ.μ.

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινής σχολικής πραγματικότητας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αποκτήσουν εργαλεία για την αναγνώριση και πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης, καθώς και για την ενίσχυση της ψυχικής τους ανθεκτικότητας στο εκπαιδευτικό έργο.

Κατανόηση τη Παιδικής και Εφηβικής Ηλικίας: Διαχείριση Συμπεριφοράς στην τάξη

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 14.11.26 | Προσέλευση: 9:00 π.μ. | Έναρξη: 9:30 π.μ.

Πίσω από κάθε συμπεριφορά στην τάξη υπάρχει ένα παιδί ή ένας έφηβος που προσπαθεί να επικοινωνήσει μια ανάγκη. Το σεμινάριο αυτό προσφέρει στους εκπαιδευτικούς ένα πλαίσιο για να κατανοήσουν τα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά της παιδικής και της εφηβικής ηλικίας, καθώς και τους συναισθηματικούς, κοινωνικούς και γνωστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη συμπεριφορά των μαθητών.
Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, οι συμμετέχοντες θα γνωρίσουν πρακτικές στρατηγικές διαχείρισης της τάξης, με έμφαση στη θετική σχέση εκπαιδευτικού–μαθητή και στη δημιουργία ενός ασφαλούς κλίματος.

Χώρος Διεξαγωγής: Zaira Hotel, Χάρτης **ΕΔΩ**

ΑΘΗΝΑ

Ψυχική Ανθεκτικότητα Εκπαιδευτικών

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 04.12.26 | Παρασκευή 4 Δεκεμβρίου, Προσέλευση: 12:30 μ. μ. | Έναρξη: 13:00

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινής σχολικής πραγματικότητας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αποκτήσουν εργαλεία για την αναγνώριση και πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης, καθώς και για την ενίσχυση της ψυχικής τους ανθεκτικότητας στο εκπαιδευτικό έργο.

Επικοινωνία Γονέων-Εκπαιδευτικών

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 05.12.26 | Προσέλευση 10:00 π.μ. | Έναρξη: 10:30 π.μ.

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενίσχυση της επικοινωνίας μεταξύ γονέων και εκπαιδευτικών, ως βασικού παράγοντα για την αποτελεσματική συνεργασία σχολείου-οικογένειας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αναγνωρίζουν τις προκλήσεις της επικοινωνίας με τους γονείς και θα αναπτύξουν πρακτικές εποικοδομητικού διαλόγου, ενισχύοντας τη σχέση εμπιστοσύνης και συνεργασίας με την οικογένεια.

Χώρος Διεξαγωγής: President Hotel, Χάρτης **ΕΔΩ**

▸ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ ◂

Ψυχική Ανθεκτικότητα Εκπαιδευτικών

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 22.01.27

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινής σχολικής πραγματικότητας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αποκτήσουν εργαλεία για την αναγνώριση και πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης, καθώς και για την ενίσχυση της ψυχικής τους ανθεκτικότητας στο εκπαιδευτικό έργο.

Επικοινωνία Γονέων-Εκπαιδευτικών

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 23.01.27

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενίσχυση της επικοινωνίας μεταξύ γονέων και εκπαιδευτικών, ως βασικού παράγοντα για την αποτελεσματική συνεργασία σχολείου-οικογένειας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αναγνωρίζουν τις προκλήσεις της επικοινωνίας με τους γονείς και θα αναπτύξουν πρακτικές εποικοδομητικού διαλόγου, ενισχύοντας τη σχέση εμπιστοσύνης και συνεργασίας με την οικογένεια.

🏃 Χώρος Διεξαγωγής: Holiday Inn, Χάρτης **ΕΔΩ**

💻 ONLINE ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

Γονείς και εκπαιδευτικοί: από την αντιπαράθεση στη συνεργασία

Εισηγητής: Λουκάς Ζάχος | 19.10.26 στις 18.00

Το σεμινάριο εστιάζει στη σημασία της ουσιαστικής και αμφίδρομης συνεργασίας μεταξύ σχολείου και οικογένειας. Μέσα από θεωρητικές προσεγγίσεις, παραδείγματα από την καθημερινή σχολική ζωή και βιωματικά περιστατικά, αναδεικνύονται οι παράγοντες που διευκολύνουν ή δυσχεραίνουν την επικοινωνία γονέων και εκπαιδευτικών.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη δημιουργία σχέσεων εμπιστοσύνης, στη διαχείριση δύσκολων συζητήσεων και διαφωνιών, στην ενεργητική ακρόαση, καθώς και στη διαμόρφωση ενός κλίματος αμοιβαίου σεβασμού. Παράλληλα, παρουσιάζονται πρακτικές και τρόποι επικοινωνίας που μπορούν να αξιοποιηθούν από τους εκπαιδευτικούς στην καθημερινή σχολική πράξη.
Κεντρική ιδέα του σεμιναρίου είναι η μετάβαση «από το εγώ στο εμείς», με κοινό σημείο αναφοράς το παιδί και τη δημιουργία ενός υποστηρικτικού πλαισίου συνεργασίας ανάμεσα στην οικογένεια και το σχολείο.

Εγγραφή **ΕΔΩ**

Θυμός, Παραβατικές και Ριψοκίνδυνες Συμπεριφορές στην Εφηβεία: Από που πηγάζουν, πως εκφράζονται και πως τις διαχειριζόμαστε

Εισηγήτρια: Αλεξία Βερνίκου | 21.10.26 &18.11.26 στις 18.00

Τι κρύβεται πίσω από τον θυμό, την έντονη αντίδραση και τις ριψοκίνδυνες ή παραβατικές συμπεριφορές ενός εφήβου; Στο σεμινάριο θα εξετάσουμε από πού πηγάζουν αυτές οι συμπεριφορές, τι προσπαθεί να επικοινωνήσει μέσα από αυτές ο έφηβος και πώς μπορούμε να τις διαχειριστούμε αποτελεσματικά. Θα συζητήσουμε τον ρόλο της οικογένειας, του σχολείου και των συνομηλίκων και, μέσα από πρακτικά και βιωματικά παραδείγματα, θα δούμε πώς ο ενήλικας μπορεί να θέτει όρια, να αποκλιμακώνει δύσκολες καταστάσεις και να διατηρεί τη σύνδεση και την επικοινωνία με τον έφηβο.

- Επιμόρφωση 21.10.26 στις 18.00 | Εγγραφή **ΕΔΩ**
- Επιμόρφωση 18.11.26 στις 18.00 | Εγγραφή **ΕΔΩ**

Σύγχρονες δεξιότητες εκπαιδευτικών: από τον εκπαιδευτικό της γνώσης στον εκπαιδευτικό της αλλαγής

Εισηγητής: Λουκάς Ζάχος | 23.11.26 στις 18.00

Η εισήγηση παρουσιάζει τις σύγχρονες δεξιότητες που χρειάζεται ο εκπαιδευτικός σε ένα διαρκώς μεταβαλλόμενο σχολικό περιβάλλον. Εστιάζει στην ψηφιακή και τεχνολογική επάρκεια, την αξιοποίηση της τεχνητής νοημοσύνης, την επικοινωνία και συνεργασία, τη συμπερίληψη, την κριτική σκέψη, τη δημιουργικότητα και τον αναστοχασμό. Μέσα από παραδείγματα και βιωματικές δραστηριότητες, αναδεικνύεται ο ρόλος του εκπαιδευτικού ως διαρκώς εξελισσόμενου και αναστοχαστικού επαγγελματία.
Βασικός στόχος της εισήγησης είναι να αναδειχθεί ότι οι σύγχρονες δεξιότητες δεν αποτελούν απλώς πρόσθετες απαιτήσεις του εκπαιδευτικού επαγγέλματος, αλλά εργαλεία για ένα πιο αποτελεσματικό, συμπεριληπτικό, δημιουργικό και ανθρώπινο σχολείο.

Εγγραφή **ΕΔΩ**

Αιτιές, Επιπτώσεις και πρώτη αντιμετώπιση του Σχολικού Εκφοβισμού

Εισηγήτρια: Φρόσω Μόττη-Στεφανίδη | 11.01.2027 στις 18.00 & 18.01.2027 στις 18.00

Ο σχολικός εκφοβισμός αποτελεί σοβαρό πρόβλημα που επηρεάζει την ψυχική υγεία, τις σχέσεις και τη σχολική προσαρμογή των παιδιών. Η ομιλία εξετάζει τα χαρακτηριστικά που τον διακρίνουν από άλλες μορφές επιθετικότητας, τις διαφορετικές εκδηλώσεις του, συμπεριλαμβανομένου του κυβερνοεκφοβισμού, και τις επιπτώσεις του για όλους τους εμπλεκομένους. Συζητά επίσης τον ρόλο της οικογένειας, του σχολείου και των σχέσεων μεταξύ συνομηλίκων στην εμφάνιση και τη διατήρηση του φαινομένου.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στους παρατηρητές του εκφοβισμού: τα παιδιά που γνωρίζουν ή βλέπουν τι συμβαίνει, χωρίς να εμπλέκονται άμεσα. Η στάση τους έχει καθοριστική σημασία, καθώς μπορεί να ενισχύσει τη συμπεριφορά των θυτών ή να συμβάλει στην προστασία και την υποστήριξη των θυμάτων. Η κατανόηση του ρόλου τους ανοίγει σημαντικές δυνατότητες για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του εκφοβισμού.

Η ομιλία αναφέρεται ακόμη σε ενδείξεις που μπορούν να βοηθήσουν γονείς και εκπαιδευτικούς να αναγνωρίσουν ότι ένα παιδί υφίσταται εκφοβισμό. Αναδεικνύει τη σημασία της συνεργασίας σχολείου και οικογένειας και συζητά προσεγγίσεις παρέμβασης, με στόχο ένα σχολικό περιβάλλον όπου κάθε παιδί αισθάνεται ασφαλές, αποδεκτό και ελεύθερο να είναι ο εαυτός του.

Νευροαναπτυξιακές Δυσκολίες και οι πολλαπλές εκφράσεις τους στο σχολικό πλαίσιο
Τετάρτη 13 Ιανουαρίου στις 18.00

Εισηγήτρια: Νένη Περβανίδου | 13.01.27 & 10.02.27 στις 18.00

Οι νευροαναπτυξιακές δυσκολίες εκδηλώνονται με ποικίλους τρόπους στη σχολική καθημερινότητα, επηρεάζοντας τη μάθηση, την οργάνωση, τη συμπεριφορά, την επικοινωνία και τις αλληλεπιδράσεις των μαθητών με τους συνομηλίκους και τους εκπαιδευτικούς.Συχνά, πίσω από την απροσεξία, τη δυσκολία τήρησης οδηγιών, την έντονη κινητικότητα, την κοινωνική απόσυρση ή τις συναισθηματικές αντιδράσεις, βρίσκονται διαφορετικές αναπτυξιακές ανάγκες που χρειάζονται κατανόηση και κατάλληλη υποστήριξη.
Η ενότητα προσφέρει μια εισαγωγή στις συχνότερες νευροαναπτυξιακές δυσκολίες, όπως η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής–Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ), η διαταραχή φάσματος αυτισμού, οι ειδικές μαθησιακές δυσκολίες και οι δυσκολίες λόγου και κινητικού συντονισμού. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται επίσης στις επιτελικές λειτουργίες, στην αισθητηριακή επεξεργασία και στη συναισθηματική ρύθμιση, καθώς και στον τρόπο με τον οποίο οι απαιτήσεις του σχολικού περιβάλλοντος επηρεάζουν την έκφραση των δυσκολιών.
Μέσα από παραδείγματα από την τάξη, θα συζητηθούν η αναγνώριση ενδείξεων που χρειάζονται περαιτέρω διερεύνηση και πρακτικές προσαρμογές στη διδασκαλία, στην οργάνωση της τάξης και στην επικοινωνία με τους μαθητές. Θα αναδειχθεί επίσης η σημασία της συνεργασίας εκπαιδευτικών, οικογένειας και επαγγελματιών υγείας.
Στόχος είναι οι συμμετέχοντες να κατανοήσουν καλύτερα τη διαφορετικότητα των αναπτυξιακών προφίλ και να ενισχύσουν τις δεξιότητές τους στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού και συμπεριληπτικού σχολικού περιβάλλοντος, που ανταποκρίνεται στις ανάγκες και αξιοποιεί τις δυνατότητες κάθε μαθητή.

Δεν είναι πάντα «αδιαφορία»: Αναγνωρίζοντας μαθησιακές δυσκολίες και συμπεριφορές μέσα στην τάξη.

Εισηγήτρια: Μαρίνα Μαρτίνου | 21.01.27 στις 18.00

Τα παιδιά με νευροαναπτυξιακές δυσκολίες διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να αντιμετωπίσουν εμπόδια στη μαθησιακή διαδικασία. Η ομιλία θα εστιάσει στο πώς εκδηλώνεται η νευροδιαφορετικότητα μέσα στην τάξη, με έμφαση στη μάθηση και τη συμπεριφορά. Θα αναδείξει πώς οι δυσκολίες στη μάθηση, την προσοχή, την επικοινωνία και τη συμμετοχή μπορεί να παρερμηνεύονται ως «αδιαφορία», με στόχο την καλύτερη αναγνώριση και κατανόηση των αναγκών κάθε παιδιού. Τέλος, θα προτείνει στρατηγικές συμπερίληψης και υποστήριξης, βασισμένες τόσο στην επιστημονική βιβλιογραφία όσο και στις συστάσεις των ίδιων των παιδιών.

Εφηβικός Εγκέφαλος: Πως το περιβάλλον επηρεάζει την ανάπτυξή του

Εισηγήτρια: Μαρίνα Μαρτίνου | 15.02.27 στις 18.00

Η ομιλία θα εστιάσει στις αλλαγές που συντελούνται στον εγκέφαλο από τα 13 έως τα 18 έτη, με έμφαση στην ανάπτυξη του προμετωπιαίου φλοιού και τον ρόλο του στον έλεγχο των παρορμήσεων και στη λήψη αποφάσεων. Θα εξετάσει κατά πόσο διαφορές στη νευροβιολογική ανάπτυξη μεταξύ αγοριών και κοριτσιών μπορούν να διαφωτίσουν ορισμένες από τις διαφορές στη συμπεριφορά τους. Παράλληλα, θα διερευνήσει πώς οι έφηβοι και το περιβάλλον τους —η οικογένεια, το σχολείο και οι παρέες— αλληλεπιδρούν και διαμορφώνουν αυτή την αναπτυξιακή πορεία, σε μια κρίσιμη περίοδο αναζήτησης της ταυτότητάς τους. Τέλος, θα εξετάσει κατά πόσο η εφηβεία αποτελεί μια δεύτερη περίοδο αυξημένης πλαστικότητας του εγκεφάλου και ποιες δυνατότητες ανοίγει αυτή η πλαστικότητα για στοχευμένες παρεμβάσεις.

Μαθησιακές Δυσκολίες: Από την Δυσκολία στο Συναίσθημα

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 08.03.27 & 12.04.27 στις 18.00

Οι μαθησιακές δυσκολίες δεν επηρεάζουν μόνο τη σχολική επίδοση, αλλά και τον τρόπο με τον οποίο ο μαθητής αντιλαμβάνεται τον εαυτό του και τη μάθηση. Μέσα από σύντομη θεωρητική προσέγγιση και βιωματικές δραστηριότητες, θα εξετάσουμε τη συναισθηματική διάσταση των μαθησιακών δυσκολιών και θα αναζητήσουμε τρόπους με τους οποίους ο εκπαιδευτικός μπορεί να δημιουργήσει ένα περιβάλλον ασφάλειας, αποδοχής και ενθάρρυνσης.

Ψυχική Ανθεκτικότητα Εκπαιδευτικών

Εισηγήτρια: Μάγια Αλιβιζάτου | 10.03.27,14.04.27 στις 18.00

Το σεμινάριο στοχεύει στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινής σχολικής πραγματικότητας. Μέσα από επιστημονικά τεκμηριωμένο περιεχόμενο και βιωματικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες/-ουσες θα αποκτήσουν εργαλεία για την αναγνώριση και πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης, καθώς και για την ενίσχυση της ψυχικής τους ανθεκτικότητας στο εκπαιδευτικό έργο.

Επιστημονική Ομάδα - Εισηγητές

Οι εισηγητές των σεμιναρίων είναι εξειδικευμένοι επιστήμονες με μακρά πορεία και σημαντική εμπειρία:

- **Μάγια Αλιβιζάτου**, PhD Ψυχολόγος-Παιδοψυχολόγος, Επιστημονική Διευθύντρια του Μαζί για το Παιδί
- **Αλεξία Βερνίκου**, Ψυχολόγος και Οικογενειακή Θεραπεύτρια
- **Λουκάς Ζάχος**, Εκπαιδευτικός, τ. Διευθυντής του Δημοτικού Κολλεγίου Αθηνών
- **Μαρίνα-Ματθίλδη Μαρτίνου**, Νευροψυχολόγος, Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα Ψυχολογίας, American College of Greece
- **Φρόσω Μόττη – Στεφανίδη**, Ομότιμη Καθηγήτρια Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
- **Νένη Περβανίδου**, Καθηγήτρια Αναπτυξιακής & Συμπεριφορικής Παιδιατρικής Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, Υπεύθυνη Μονάδας Αναπτυξιακής & Συμπεριφορικής Παιδιατρικής Α΄ Παιδιατρικής Κλινικής ΕΚΠΑ, Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία»