



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

2^η online ενημερωτική εκδήλωση της δράσης SheCOACH στην Ελλάδα για την προώθηση της έμφυλης ισότητας στην προπονητική

Ο Σύνδεσμος Ελλήνων Προπονητών Καλαθοσφαίρισης και η Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία Σύμπλεξις σάς προσκαλούν να συμμετάσχετε στη **2^η Ενημερωτική Εκδήλωση της δράσης SheCOACH στην Ελλάδα**, η οποία θα διοργανωθεί διαδικτυακά τη **Δευτέρα 21 Σεπτεμβρίου 2026**, ώρα **3.00 – 5.00 μ.μ.**

Το **SheCOACH: Gender Equality in Coaching (Ισότητα των Φύλων στην Προπονητική)** είναι ένα έργο **Erasmus+ Sport**, συγχρηματοδοτούμενο από την Ευρωπαϊκή Ένωση, το οποίο υλοποιείται στην **Κύπρο, την Ελλάδα, την Ιταλία και την Ισπανία** από τον Ιανουάριο του 2024 έως τον Δεκέμβριο του 2026. Καθώς το έργο πλησιάζει στην ολοκλήρωσή του, η εκδήλωση αποτελεί μια ευκαιρία παρουσίασης και διάχυσης των αποτελεσμάτων που αναπτύχθηκαν κατά τη διάρκεια της τριετούς υλοποίησής του, με στόχο την προώθηση της **ενσωμάτωσης της διάστασης του φύλου (gender mainstreaming) στον αθλητισμό και την προπονητική εκπαίδευση**.

Η εκδήλωση απευθύνεται σε **επαγγελματίες και εκπροσώπους φορέων** που δραστηριοποιούνται στον **αθλητισμό, την προπονητική εκπαίδευση και τη χάραξη πολιτικής**, όπως:

- αθλητικές αρχές και ομοσπονδίες,
- παρόχους αθλητικής και προπονητικής εκπαίδευσης και κατάρτισης,
- φορείς χάραξης αθλητικής και εκπαιδευτικής πολιτικής,
- ενώσεις και συνδέσμους προπονητών και προπονητριών,
- αθλητικούς συλλόγους
- οργανισμούς που υλοποιούν αντίστοιχες ευρωπαϊκές δράσεις κ.α.

Κεντρικός στόχος είναι τα εργαλεία, οι γνώσεις και οι πόροι που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο του SheCOACH να συνεχίσουν να **αξιοποιούνται από ανθρώπους και φορείς του αθλητισμού**, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην **ενίσχυση της έμφυλης ισότητας στην προπονητική και στον αθλητισμό γενικότερα**.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το έργο SheCOACH συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων/εταίρων του έργου και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ε.Ε. ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ε.Ε. ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. Έργο: 101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023. <https://shecoach.eu>.

Στο πλαίσιο της εκδήλωσης θα συμμετάσχει ως **guest speaker** η **Alex Panayotou**, πρώην αθλήτρια **ακραίων αποστάσεων και υπεραντοχής, Endurance Mindset® Expert** και διεθνής **keynote speaker**.

Η πορεία της την οδήγησε σε μερικές από τις πιο απαιτητικές διαδρομές της Ευρώπης, διανύοντας μόνη της ακραίες αποστάσεις και ανακαλύπτοντας δυνατότητες που ούτε η ίδια γνώριζε ότι είχε. Μέσα από αυτές τις εμπειρίες κατάλαβε ότι η διαφορά ανάμεσα σε αυτό που πιστεύουμε ότι μπορούμε να κάνουμε και σε αυτό που πραγματικά μπορούμε να πετύχουμε, σπάνια είναι μόνο σωματική. Είναι θέμα στάσης.

Σήμερα μεταφέρει αυτά τα βιώματα και τα διδάγματά τους σε ανθρώπους σε όλο τον κόσμο, βοηθώντας τους να διαχειρίζονται την πίεση, τις προκλήσεις και την αλλαγή χωρίς να χάνουν τον εαυτό τους στην πορεία.

13 ατομικές προκλήσεις υπεραντοχής. Χιλιάδες χιλιόμετρα. Οκτώ χρόνια ανακαλύπτοντας πόσα περισσότερα είμαστε ικανοί να κάνουμε – συχνά πολύ πριν το συνειδητοποιήσουμε οι ίδιοι. Δεν μιλά για την αντοχή μέσα από ένα βιβλίο. Την έχει ζήσει.

Η **Alex Panayotou** θα μοιραστεί με το κοινό του SheCOACH την εμπειρία της για **Το Χαμόγελο της Αντοχής: Στάση, σκοπός και η δύναμη όσων μπορούμε να ελέγχουμε. Τι είναι αυτό που μας κάνει να συνεχίζουμε, όταν το πάθος από μόνο του δεν αρκεί;**

Οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα γνωρίσουν **απλά, πρακτικά και εύκολα εφαρμόσιμα εργαλεία**, που μπορούν να χρησιμοποιήσουν τόσο στον ρόλο τους ως προπονητές και προπονήτριες όσο και στη δική τους ζωή. Εργαλεία που θα τους/τις βοηθήσουν να διαχειρίζονται καλύτερα **την ενέργεια, τις επιλογές και τη στάση τους** και να αντιμετωπίζουν τις καθημερινές προκλήσεις με μεγαλύτερη αντοχή και επίγνωση – **μέσα και έξω από το γήπεδο**.

Για τη **δωρεάν συμμετοχή** σας στην εκδήλωση του SheCOACH, συμπληρώστε την online φόρμα εγγραφής έως τις **17 Σεπτεμβρίου 2026**: <https://forms.gle/QdS7jwWE3zyJaNBp7>

Βεβαιώσεις παρακολούθησης θα αποσταλούν ηλεκτρονικά, ενώ οι συμμετέχοντες και οι συμμετέχουσες θα έχουν την ευκαιρία να λάβουν μέρος σε **κλήρωση δώρων**, η οποία θα πραγματοποιηθεί στο τέλος της εκδήλωσης.

Μάθετε περισσότερα για το **SheCOACH** στην ιστοσελίδα του έργου <https://shecoach.eu> και ακολουθήστε το **SheCOACH** στα **μέσα κοινωνικής δικτύωσης Facebook & Instagram**.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το έργο SheCOACH συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων/εταίρων του έργου και δεν αντανakλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ε.Ε. ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ε.Ε. ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. Έργο: 101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023. <https://shecoach.eu>.