

Future Leaders summer series: special theme 2026
"Mastering attention and focus"

16-19 Ιουνίου 2026/Κομοτηνή/ΤΕΦΑΑ

Ημέρα		Ώρα	Ενότητα	Εισηγητής/Εισηγήτρια
Τρίτη 16/6/2026	Μέρος I Learning in Action	9:00-9:15	Εισαγωγή στο πρόγραμμα	Κωνσταντίνος Αξαργόγλου/ Μαρία Μιχαλοπούλου
		9:15-10:45	Εισαγωγή στην έννοια και την αξία του Focus!	Δρ Κατερίνα Χατζηκαλλία Κουινιάκη, Ψυχολόγος/Φίλιππος Κουινιάκης, Ψυχίατρος
		10:45-11:00	Διάλειμμα για σνακ	
		11:00-13:00	Το Focus σαν δεξιότητα και σαν εργαλείο για το Ευ ζη (διαχείριση χρόνου, διαχείριση άγχους, ισορροπία επαγγελματικής/μαθητικής/ σπουδαστικής και προσωπικής ζωής)	
	Μέρος II Learning in Motion	13:00-13:30	Διάλειμμα για μεσημεριανό	
		13:30-16:00	Ανακάλυψη του Focus και του mindfulness μέσα από τη φύση, το σώμα, την άθληση	Βασιλική Δέρρη/Κυριακή Εμμανουηλίδου/Νεραντζούλα Κουφού/Όλγα Κούλη Φοιτητές/Φοιτήτριες ΤΕΦΑΑ
Τετάρτη 17/6/2026	Μέρος I Learning in Motion	9:00-10:30	Φυσικές/σωματικές και AR/VR δραστηριότητες focus στο εργαστήριο και στο πεδίο	Βασιλική Δέρρη/Κυριακή Εμμανουηλίδου/Νεραντζούλα Κουφού/Μαρία Γιαννούση/Αθηνά Πίτση Φοιτητές/Φοιτήτριες ΤΕΦΑΑ
		10:30-10:45	Διάλειμμα για σνακ	
		10:45-13:00	Φυσικές/σωματικές και AR/VR δραστηριότητες focus στο εργαστήριο και στο πεδίο	
		13:00-13:30	Διάλειμμα για μεσημεριανό φαγητό	
	Μέρος II Learning in Action	13:30-16:00	Focus και Ικανότητες Διαπραγμάτευσης	
Πέμπτη 18/6/2026	Learning in Action	9:00-10:30	Σχεδιασμός παιχνιδιών focus	Βασιλική Δέρρη/Κυριακή Εμμανουηλίδου/Νεραντζούλα Κουφού/Όλγα Κούλη/Γρηγόριος Μασάδης Φοιτητές/Φοιτήτριες ΤΕΦΑΑ
		10:30-10:45	Διάλειμμα για σνακ	
		10:45-13:00	Πρόβα παιχνιδιών & Τροποποιήσεις	
		13:00-13:30	Διάλειμμα για μεσημεριανό	
		13:30-16:00	Κάνε Focus στο μέλλον σου, προετοίμασε τον εαυτό σου για τη σταδιοδρομία σου	Μαρία Μωραγιάννη, Γενική Διευθύντρια ReGeneration
Παρασκευή 19/6/2026	Μέρος I Learning in Action	9:00-10:30	Παρουσιάσεις των Παιχνιδιών Focus από τους/τις δημιουργούς τους	Ομάδα ΤΕΦΑΑ ΔΠΘ
		10:30-10:45	Διάλειμμα για σνακ	
		10:45-13:00	Παρουσιάσεις των Παιχνιδιών Focus από τους/τις δημιουργούς τους	
		13:00-13:30	Διάλειμμα για μεσημεριανό	
		13:30-16:00	Αποφοίτηση & Κλείσιμο	
		17:00-19:00	Εμπορικό Βιομηχανικό Επιμελητήριο Ροδόπης. Πέντε Χρόνια Future leaders Thrace: 2021 - 2026 Focus on the Community. Ανοιχτή εκδήλωση για μαθητές, γονείς, εκπαιδευτικούς και εργαζόμενους/Λήξη Προγράμματος	

με την υποστήριξη



Κοινοφελές Ίδρυμα
Ιωάννη Σ. Λάιτον

***καθημερινά δύο διαλείμματα για σνακ και μεσημεριανό