

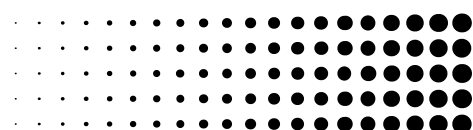
ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

ΜΙΑ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΒΑΘΙΑΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΣΗΜΑΣΙΑΣ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟ	3-17
	ΤΜΗΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ	18-21
	Μ.Ψ.Α. ΑΓ.ΝΙΚΟΛΑΟΣ	22-26
	Μ.Ψ.Α. ΑΓ.ΚΟΣΜΑΣ	27-31
	Μ.Ψ.Α. ΑΓ. ΤΑΞΙΑΡΧΕΣ	32-36
	Μ.Ψ.Α. ΑΓ.ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ - ΜΑΡΑΘΩΝΑ	37-41
	Μ.Ψ.Α. ΕΠΑΚΜΟΣ - ΝΙΚΟΣ ΠΑΡΙΤΣΗΣ - ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	42-46
	Μ.Ψ.Α. ΑΓ. ΜΑΡΚΟΣ	47-51
	IASIS AT CENTRO	52-56
	CONNECT ATHENS	57-61
	CONNECT AUTISM	62-66
	IASIS HYPATIA	67-71
	CONNECT THESSALONIKI	72-76
	CONNECT FAMILY	77-81
	IASIS AT WORK	82-86
	CONNECT INN	87-91
	Μ.Ψ.Α CONNECT SUPPORT	92-96
	CONNECT IONIAN	97-101



**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

**ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟ**

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ;

Ο ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΑΝΑΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ
ΜΙΑ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΠΡΑΞΗ ΓΙΑ
ΔΗΜΟΣΙΟ ΟΦΕΛΟΣ ΧΩΡΙΣ ΚΑΝΕΝΑ
ΥΛΙΚΟ Ή ΑΛΛΟ ΑΝΤΑΛΛΑΓΜΑ.

*"Volunteers
do not
necessarily
have the
time; they
just have
the heart."*

*~Elizabeth
Andrew*

Εθελοντής είναι ο πολίτης που προσφέρει
ανιδιοτελώς χρόνο ή γνώση για χρήσιμες
δράσεις προς όφελος άλλων, χωρίς να
περιμένει αντάλλαγμα.

ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ

Οι ρίζες του εθελοντισμού χρονολογούνται από
τον Μεσαίωνα και πήραν «οργανωμένη» μορφή
κατά τη Βιομηχανική Επανάσταση.

Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου, οι
αυξανόμενες ανάγκες και η άνοδος της φτώχειας
οδήγησαν στη δημιουργία κοινωνικών ομάδων ή
ατόμων που προσέφεραν τις υπηρεσίες τους με
τη μορφή φιλανθρωπίας σε άτομα που υπέφεραν.

Η εθελοντική εργασία πέρασε σιγά σιγά από τα
στάδια της βιομηχανικής επανάστασης,
ακολουθώντας τις αλλαγές στις κοινωνικές και
οικονομικές συνθήκες, επηρεάζοντας κατά
συνέπεια τη δράση και τις μεθόδους της.

Η έννοια της φιλανθρωπίας που υπήρχε σε
παλαιότερες εποχές άρχισε να αλλάζει και να
εκφράζεται ως κατανόηση των αναγκών του
ατόμου, με επίκεντρο την προσπάθεια να
βοηθηθεί το άτομο να κινητοποιήσει τις δικές
του δυνάμεις.

ΜΟΡΦΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

Υπάρχουν πολλές διαφορετικές μορφές οργανωμένης εθελοντικής δραστηριότητας και πολλοί τρόποι να τις κατηγοριοποιήσουμε.

Κάποιοι από αυτούς είναι σε σχέση με:

Το Σκοπό, τη Διάρκεια, την Γεωγραφία, την Εργασία

ΣΚΟΠΟΣ

- Ανθρωπιστικός
- Πολιτιστικός
- Κοινωνικός
- Περιβαλλοντικός
- Διεθνιστικός

ΓΕΩΓΡΑΦΙΑ

- Τοπική
- Διεθνής
- Διαδικτυακή

ΔΙΑΡΚΕΙΑ

- Σύντομη
- Κανονική
- Μακρά

ΕΡΓΑΣΙΑ

- Εργασία Γραφείου
- Εκπαίδευση
- Συμβουλευτική
- Εξειδικευμένες Εργασίες
- Εργασία Πεδίου

ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΩΝ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

- Είναι οργανωμέν@ και εκπαιδευμέν@, ή έχουν τη διάθεση να γίνουν
- Έχουν εξειδικευτεί στον τομέα τους για να μπορέσουν να προσφέρουν τα μέγιστα τη στιγμή που θα ζητηθεί
- Είναι πρόθυμ@ να οργανωθούν και να συντονιστούν με άλλες ομάδες ή φορείς
- Μπορούν, έπειτα από κατάλληλη εκπαίδευση, να αναλάβουν πρωτοβουλίες όπου και όταν χρειαστεί



ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΓΙΝΩ ΕΓΩ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ;

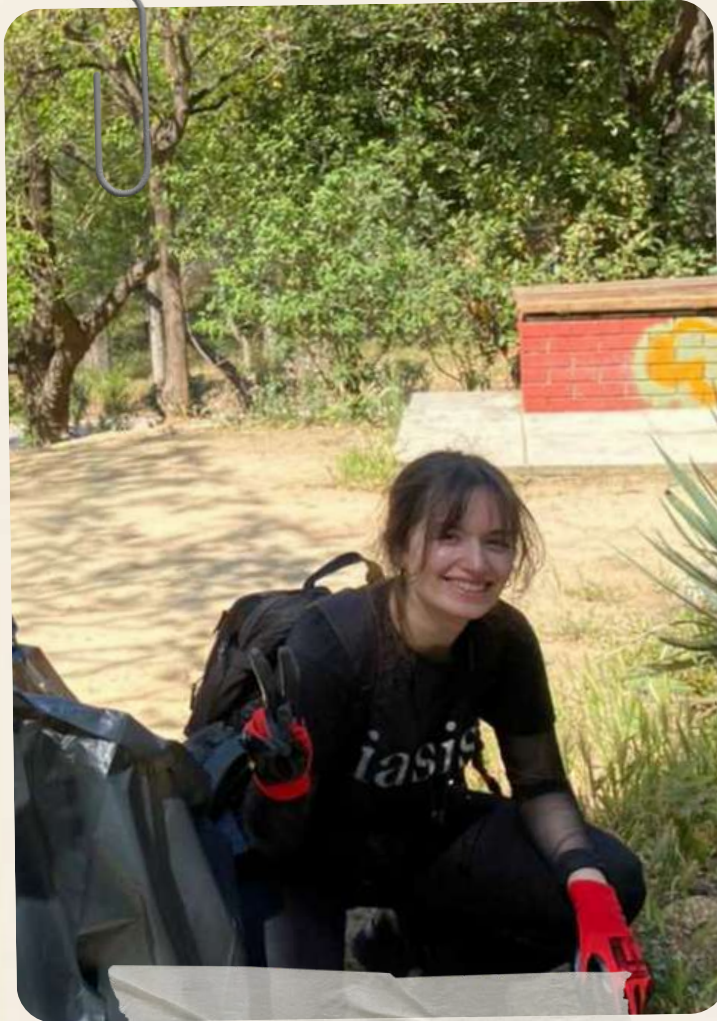
Αυτό είναι ένα συχνό ερώτημα που ταλανίζει όσους δεν έχουν καμία πραγματική ιδέα ως προς τα οφέλη που μπορούν να αποκτηθούν από την εθελοντική δράση και προσφορά.

Στη σύγχρονη κοινωνία, οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν συνηθίσει να καταβάλλουν προσπάθεια και χρόνο μόνο σε ό,τι έχει οικονομικό όφελος.

Ωστόσο, για όσους έχουν δραστηριοποιηθεί στο παρελθόν ως εθελοντές, η «ανταμοιβή» που προκύπτει από αυτήν την εμπειρία, συχνά μπορεί να υπερβαίνει κατά πολύ οποιαδήποτε μορφή οικονομικής αποζημίωσης.

ΚΙΝΗΤΡΑ

- Ωφέλεια για το περιβάλλον, την ομάδα, το κοινωνικό σύνολο
- Κοινωνική αλληλεγγύη
- Μη τυπική και άτυπη μάθηση: απόκτηση & εξάσκηση δεξιοτήτων (π.χ. ξένες γλώσσες, soft skills, πρώτες βοήθειες)
- Εκπαίδευση εθελοντών και απόκτηση προσόντων
- Πεδίο
- Δοκιμή επαγγελματικής σταδιοδρομίας/πειραματισμός
- Εμπειρία και κατανόηση τομέα διαφορετικού, από τον τομέα σπουδών ή επαγγελματικής κατεύθυνσης
- Κοινωνικοποίηση και κοινωνική δικτύωση
- Συμμετοχή στα κοινά, δυναμική ομάδας, ενεργός πολίτης
- Χαρά της προσπάθειας και του αποτελέσματος - η ωφέλεια επιστρέφει!



*"I don't volunteer
because I have too much
time; I volunteer because
I have a heart too full
not to share."*

-Anonymous

ΤΙ ΑΠΟΚΟΜΙΖΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟ;

- Νέες δεξιότητες
- 'Αίσθημα προσφοράς προς το κοινωνικό σύνολο
- Αίσθημα ολοκλήρωσης
- Ωθηση στις επαγγελματικές σου δυνατότητες
- Νέα ενδιαφέροντα, νέες εμπειρίες και γνωριμία με νέους ανθρώπους
- Πηγή έμπνευσης για τους συνανθρώπους



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ, ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ

Η ψυχική υγεία και ευεξία αναφέρεται στη συναισθηματική, ψυχολογική και κοινωνική κατάσταση ενός ατόμου. Αυτό επηρεάζει τον τρόπο που σκεφτόμαστε, αισθανόμαστε και ενεργούμε, καθώς και τον τρόπο που διαχειριζόμαστε το άγχος, σχετιζόμαστε με τους άλλους και κάνουμε επιλογές. Η ευεξία περιλαμβάνει επίσης την αίσθηση σκοπού, τη σύνδεση και την ικανότητα αντιμετώπισης των προκλήσεων της ζωής.

Η υποστήριξη της ψυχικής υγείας σημαίνει ενίσχυση της ανθεκτικότητας, της ισορροπίας και μιας θετικής αίσθησης του εαυτού.

Ο ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΜΟΧΛΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑΣ

- Ο εθελοντισμός προσφέρει ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη, καθώς οι συμμετέχοντες αποκτούν νέες δεξιότητες και εμπειρίες
- Ο εθελοντισμός βοηθά στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων, προάγει την ενσυναίσθηση και καλλιεργεί την αλληλεγγύη
- Η ανιδιοτελής προσφορά ενισχύει την αίσθηση αυτοεκτίμησης και ικανοποίησης
- Η Συμμετοχή σε εθελοντικές ομάδες δημιουργεί ένα αίσθημα του "ανήκειν", μειώνοντας το αίσθημα της απομόνωσης
- Η κοινωνική υποστήριξη παίζει σημαντικό ρόλο στην πρόληψη και διαχείριση του άγχους και της κατάθλιψης



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ...

- Η απλήρωτη εργασία (στο πλαίσιο επαγγελματικών ρόλων και όταν αντικαθιστά εργαζομένους)
- Οι διάφορες μορφές πρακτικής εξάσκησης για τη λήψη πτυχίου ή επαγγελματικής ειδικότητας
- Η συμμετοχή σε πολιτικά κόμματα και επαγγελματικά αθλητικά σωματεία
- Η εθελούσια συμμετοχή σε δραστηριότητες που είναι χόμπι και αφορούν αποκλειστικά το προσωπικό μας όφελος και τα προσωπικά μας ενδιαφέροντα
- Η καταναγκαστική εργασία (όταν δηλαδή, μια υπηρεσία προσφέρεται αναγκαστικά με επιβολή και όχι ως ελεύθερη επιλογή)
- Η συμμετοχή σε δραστηριότητες εμπορικού, διαφημιστικού και εν γένει κερδοσκοπικού χαρακτήρα στο πλαίσιο φορέων που δεν είναι μη κερδοσκοπικοί
- Η εκμετάλλευση της διάθεσης για κοινωνική προσφορά με σκοπό το κέρδος



ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΩΝ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

- Να γνωρίζουν εάν, και πώς, έχουν επιλεγεί
- Να τους δίνεται ουσιαστικού περιεχομένου εργασία να φέρουν εις πέρας
- Να γνωρίζουν τι προσδοκίες έχουν τεθεί ως προς αυτούς
- Να τους προσφερθεί κατάλληλη εκπαίδευση
- Να εκτιμηθεί και να αναγνωριστεί η εθελοντική τους συνεισφορά
- Να δεχθούν επίβλεψη και υποστήριξη
- Να γνωρίζουν σε ποιον να απευθυνθούν εάν υπάρξει κάποιο πρόβλημα
- Να αποζημιωθούν για όλα τα επιπρόσθετα έξοδα που θα προκύψουν κατά τη διάρκεια του εθελοντισμού τους
- Να κάνουν λάθη και να μάθουν από αυτά
- Να γνωρίζουν οποιεσδήποτε υπάρχουσες διαδικασίες κύρωσης.
- Να αντιμετωπίζονται δίκαια και ισάξια και να μην δεχθούν οποιαδήποτε διάκριση
- Να έχουν ασφαλείς συνθήκες εργασίας, συμπεριλαμβανομένης της ασφάλειας υγείας τους
- Να ενημερώνονται γύρω από το ευρύτερο έργο της οργάνωσης, αλλά και να έχουν την ευκαιρία να λάβουν ενεργό ρόλο σε αυτό
- Να έχουν τη δυνατότητα να πουν ΟΧΙ και να φύγουν χωρίς ενοχές από την οργάνωση

ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

- Να σέβονται τις αξίες και τους σκοπούς της οργάνωσης
- Να είναι αφοσιωμένοι
- Να είναι αξιόπιστοι και να δίνουν στην οργάνωση την απαραίτητη χρονική προειδοποίηση εάν δεν μπορούν να εμφανιστούν σε αυτήν
- Να είναι συνεπείς
- Να συμμετέχουν σε εκπαιδευτικά σεμινάρια και σε συναντήσεις υποστήριξης
- Να θέτουν υψηλούς στόχους
- Να είναι ειλικρινείς εάν υπάρξει οποιοδήποτε πρόβλημα
- Να σέβονται την υπάρχουσα εχεμύθεια
- Να αποχωρήσουν όταν τους ζητηθεί ή/και όταν δεν απολαμβάνουν πλέον την εθελοντική τους εμπειρία

ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ
ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ



ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ

- Να αναζητά συγκεκριμένες δεξιότητες και συγκεκριμένα προσόντα στους εθελοντές
- Να επιλέγει μόνο τους εθελοντές οι οποίοι είναι κατάλληλοι για την εκπόνηση της συγκεκριμένης εργασίας
- Να συντάξει ένα συμβόλαιο ή μία σύμβαση για τον εθελοντή
- Να ζητά να εκπονούνται οι εργασίες μέσω ενός συγκεκριμένου τρόπου
- Να ζητά δέσμευση, αξιοπιστία και συνέπεια
- Να ασχολείται με πειθαρχικά θέματα και με ζητήματα παραπόνων
- Να ζητήσει από τους εθελοντές να αποχωρήσουν, εφόσον η συμμετοχή αυτών παρεμποδίζει τον οργανισμό να πετύχει τους στόχους του

ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ

- Να καθιστά βέβαιο πως η εθελοντική εμπειρία επιβραβεύεται
- Να εξασφαλίζει την ισότιμη συμμετοχή όλων και την αποφυγή διακρίσεων
- Να φροντίζει ώστε οι εθελοντές να λαμβάνουν ξεκάθαρους και ουσιαστικούς ρόλους
- Να έχει θεσπίσει κανόνες και διαδικασίες για τους εθελοντές
- Να παρέχει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες στους εθελοντές
- Να παρέχει εκπαιδευτικά σεμινάρια, όπου κρίνεται απαραίτητο
- Να ευχαριστεί και να αξιολογεί τους εθελοντές
- Να πληροφορεί τους εθελοντές σχετικά με τις ευθύνες που καλούνται να αναλάβουν
- Να επιβλέπει και να παρέχει υποστήριξη
- Να είναι διαθέσιμος στους εθελοντές



ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ

Η ΕΝΑΣΧΟΛΗΣΗ ΜΕ ΤΟΝ
ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ
ΑΠΛΗ ΑΛΛΑ ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ
ΚΑΙ ΣΥΝΘΕΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Μερικές φορές προκύπτει γιατί απλά ένας φίλος ή γνωστός μας το ζήτησε.

Άλλες φορές επιθυμούμε να ικανοποιήσουμε μία δική μας εσωτερική ανάγκη ή επιθυμούμε την ενασχόλησή μας με συγκεκριμένους φορείς και αντικείμενα δράσης.

Και κάποιες άλλες φορές μπορεί να μας εμπνέει μια ομάδα εργασίας ή μπορεί να θέλουμε να βρούμε μια ευκαιρία να ασχοληθούμε με κάτι κοντινό στην ηλικία μας ή στο επίπεδο των δεξιοτήτων μας.

Διεθνή προγράμματα
Εθελοντικών δράσεων/ESC

Επίσημοι φορείς Εθελοντισμού

Φοιτητικές Οργανώσεις

Μη Κυβερνητικές Οργανώσεις

Εθελοντικές Θέσεις Απασχόλησης

Διαδίκτυο & Social Media

ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΠΡΟΣΦΕΡΩ;

• ΑΘΗΝΑ

ΟΙΚΟΤΡΟΦΕΙΑ
(A1, A4, A7)

iasis
at centre

CONNECT
ATHENS

CONNECT
ATHENS
AUTISM

FABRIC
REPUBLIC

CONNECT
ATHENS
FESTIVAL

iasis || HYPATIA

• ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

CONNECT
THESSALONIKI

CONNECT
FAMILY

iasis || HYPATIA

iasis | at work

CONNECTED
WE STAND
FESTIVAL
CONNECTED

CONNECT
FAMILY
FESTIVAL

• ΓΙΑΝΝΙΤΣΑ

CONNECT
JANNI

CONNECT
SUPPORT

CONNECT
PELLA
FESTIVAL

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

• ΛΕΥΚΑΔΑΣ & ΠΡΕΒΕΖΑΣ

CONNECT
IONIAN

CONNECT
IONIAN
FESTIVAL

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΑΜΚΕ ΙΑΣΙΣ

Προσφέρει σε κάθε νέο τη δυνατότητα να αναγνωρίσει τον εαυτό του, να ανακαλύψει και να αναδείξει τις δεξιότητές του μέσω εκπαιδευτικών προγραμμάτων και δημιουργικών δραστηριοτήτων, να κινητοποιήσει αλλά και να κινητοποιηθεί, να κοινωνικοποιηθεί, να δημιουργήσει, να ονειρευτεί και να αποκτήσει κίνητρα και χώρο για δημιουργία.

Στην Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρεία (Α.μ.Κ.Ε.) ΙΑΣΙΣ, το δίκτυο εθελοντών μας και η διοργάνωση εθελοντικών δράσεων αποτελεί προτεραιότητα.

Η συμμετοχή των εθελοντών-ντριών στις δράσεις του φορέα έχει διττό όφελος. Αφενός, για τους εθελοντές-ντριες αφετέρου για τους άμεσους ωφελομένους του φορέα και έμμεσα για την κοινότητα. Μέσω του εθελοντισμού ενισχύονται οι επικοινωνιακές και οι κοινωνικές δεξιότητες των εθελοντών-ντριών αλλά και των ωφελομένων και εξαλείφεται το στίγμα. Οι εθελοντές-ντριες ενισχύουν το αίσθημα της αλληλεγγύης προς την κοινωνία, ενώ αποκτούν εφόδια που τους ωφελούν τόσο στην προσωπική όσο και την επαγγελματική τους ζωή.

Ο φορέας ακολουθεί μία ολιστική προσέγγιση στην εκπαίδευση των εθελοντών-ντριών.

ΟΡΑΜΑ ΚΑΙ ΑΞΙΕΣ

ΤΟ ΟΡΑΜΑ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΝΑ
ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΟΥΜΕ ΕΝΑΝ
ΚΟΣΜΟ ΧΩΡΙΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ
ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΑΔΙΚΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ.
ΟΙ ΑΞΙΕΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ
ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ, ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ,
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑ.



**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

ΤΜΗΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

Το Τμήμα Διαχείρισης Εθελοντών αποτελεί το αρμόδιο όργανο για την οργάνωση, παρακολούθηση και ενίσχυση του εθελοντικού έργου σε όλα τα επίπεδα του φορέα. Εποπτεύει και υποστηρίζει τους συντονιστές εθελοντών κάθε δομής, διασφαλίζοντας την αποτελεσματική λειτουργία, τη συνέπεια στις διαδικασίες και την ομαλή συνεργασία.

ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΕΣ:

1. Χάραξη στρατηγικής για την ανάπτυξη και ενίσχυση του εθελοντικού έργου.
2. Ένταξη, καταγραφή συμμετοχής και παρακολούθηση της πορείας των εθελοντών.
3. Επιβράβευση και αναγνώριση της προσφοράς.
4. Παρακολούθηση της τήρησης των διαδικασιών που έχουν οριστεί από το Τμήμα.
5. Οργάνωση οριζόντιων δράσεων και εκπαιδεύσεων με στόχο την ενδυνάμωση δεξιοτήτων και τη διάχυση καλών πρακτικών.
6. Διαμόρφωση και υποστήριξη οριζόντιων συνεργασιών μεταξύ των δομών και των εθελοντών.
7. Τακτές συναντήσεις ενδυνάμωσης με τους συντονιστές για διερεύνηση αναγκών τόσο των ίδιων όσο και των εθελοντών.
8. Εκπαίδευση συντονιστών στις διαδικασίες που διέπουν τη λειτουργία του εθελοντικού έργου.
9. Τακτές ενημερώσεις σχετικά με το έργο και τις εξελίξεις του φορέα.



ΤΜΗΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΕΣ:

10. Λήψη και ανάλυση αξιολογήσεων, καθώς και παρεμβάσεις σε περιπτώσεις που ανακύπτουν ανάγκες ή δυσλειτουργίες.
11. Διαχείριση επικοινωνίας με τους εθελοντές μέσω οργανωμένων καναλιών ενημέρωσης.
12. Δημιουργία και τήρηση βάσης δεδομένων εθελοντών για καλύτερη παρακολούθηση και αξιοποίηση του δυναμικού.
13. Καλλιέργεια κουλτούρας εθελοντισμού και ενίσχυση της αίσθησης κοινότητας.
14. Συλλογή και διάχυση καλών πρακτικών μεταξύ δομών.
15. Σχεδιασμός κινήτρων και προγραμμάτων αναγνώρισης για τη διατήρηση της δέσμευσης των εθελοντών.
16. Συνεχής αξιολόγηση και βελτίωση διαδικασιών με βάση την ανατροφοδότηση.
17. Διαχείριση κρίσεων και παροχή υποστήριξης σε απαιτητικές συνθήκες, διασφαλίζοντας τη συνοχή και την αποτελεσματικότητα.



Με τον τρόπο αυτό, το Τμήμα Διαχείρισης Εθελοντών λειτουργεί ως εγγυητής της ποιότητας, της συνοχής και της μακροχρόνιας βιωσιμότητας του εθελοντικού έργου, δημιουργώντας ένα ισχυρό και υποστηρικτικό πλαίσιο συνεργασίας μεταξύ εθελοντών, συντονιστών και του φορέα συνολικά.

ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΕΝΟΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗ



Ένας **“Youth Leader”** είναι απαραίτητο να διαθέτει τις ακόλουθες ικανότητες:

- Επικοινωνία και δημόσια ομιλία
- Ομαδικότητα-συνεργασία
- Δημιουργικότητα στην προσέγγιση προβλημάτων και λύσεων
- Ψηφιακές δεξιότητες
- Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις και απαιτήσεις
- Αποτελεσματικότητα υπό συνθήκες πίεσης

Ο ρόλος ενός **“Ambassador”** εθελοντών σε έναν φορέα ψυχικής υγείας περιλαμβάνει ένα σύνολο ευθυνών και καθηκόντων που προάγουν τη δράση και υποστηρίζουν τον σκοπό του φορέα, όπως:

- Εκπαίδευση και ευαισθητοποίηση
- Επικοινωνία και δικτύωση
- Προσέλκυση εθελοντών

Μέσω της καθοδήγησης μεταξύ των εθελοντών, των προγραμμάτων κατάρτισης και των πρακτικών εμπειριών, οι εθελοντές μπορούν να εξελιχθούν σε **“youth leaders”** εντός του οργανισμού.

Η δημιουργία μιας τέτοιας ομάδας εθελοντών, περιλαμβάνει τους ενεργούς εθελοντές από κάθε μονάδα, οι οποίοι είναι υπεύθυνοι για τη διάδοση αυτής της φιλοσοφίας.

Σε αυτές τις ομάδες παρέχονται ευκαιρίες, ώστε να αναπτύξουν τις ηγετικές τους δεξιότητες, να αντιμετωπίσουν νέες προκλήσεις και να κάνουν μια μόνιμη διαφορά.



**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

ΜΗ ΣΜΟΣ

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α.
«ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ»**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ»

ΜΕ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΟΥ ΣΥΜΒΟΛΗ, ΟΙ
ΩΦΕΛΟΥΜΕΝΟΙ ΤΗΣ ΜΨΑ «ΑΓΙΟΣ
ΝΙΚΟΛΑΟΣ» ΚΑΝΟΥΝ ΒΗΜΑΤΑ
ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΟΥΣ ΕΝΤΑΞΗ.

- Η Μονάδα Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης Άγιος Νικόλαος είναι ένα οικοτροφείο τύπου Α1, που φιλοξενεί άτομα με ψυχικές διαταραχές και νοητική υστέρηση, παρέχοντας ένα ολοκληρωμένο μοντέλο φροντίδας και ενδυνάμωσης.
- Στόχος της δομής είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ενοίκων μέσα από την εκπαίδευση σε καθημερινές δεξιότητες, την ανάπτυξη προσωπικών ικανοτήτων και τη σταδιακή αυτονομία. Οι ένοικοι συμμετέχουν σε ομάδες ψυχοκοινωνικών και δημιουργικών δραστηριοτήτων, καθώς και σε εκπαιδευτικά και ψυχαγωγικά προγράμματα που ενισχύουν την ευεξία και την κοινωνικοποίησή τους.
- Παράλληλα, το Οικοτροφείο διατηρεί ζωντανή επικοινωνία με την κοινότητα, οργανώνει δράσεις ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης για την ψυχική υγεία, συμβάλλοντας στη μείωση του στίγματος και στην κοινωνική συμπερίληψη.
- Σημαντικό κομμάτι αυτής της προσπάθειας είναι και η συμμετοχή εθελοντών, που ενισχύουν το έργο μας και γίνονται συνοδοιπόροι στην αποκατάσταση και στην κοινωνική ένταξη των ωφελουμένων.

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ»

Οι εθελοντές στη ΜΨΑ Άγιος Νικόλαος συμμετέχουν σε ποικίλες δράσεις, ανάλογα με τα ενδιαφέροντα και τις δυνατότητές τους. Όπως για παράδειγμα:

- Οργάνωση και διεξαγωγή εκπαιδευτικών ομάδων με θεματικές που αλλάζουν κάθε μήνα (διαπροσωπικές σχέσεις, οριοθέτηση, κοινωνικές δεξιότητες, διαχείριση άγχους, αυτοφροντίδα, δημιουργικότητα κ.ά.)
- Συμμετοχή σε εποπτείες και συναντήσεις με ειδικούς, ώστε να υπάρχει καθοδήγηση και συνεχής στήριξη
- Συνοδεία ωφελουμένων σε κοινωνικές εξόδους (π.χ. καφέs, θέατρο, περίπατοι στη φύση) ή αθλητικές δραστηριότητες
- Υποστήριξη στην καθημερινή ζωή της μονάδας, ενισχύοντας την ομαδικότητα και την κοινωνικοποίηση
- Ανάπτυξη πρωτοβουλιών που ενισχύουν την αυτονομία, την αυτοπεποίθηση και την ένταξη των ωφελουμένων στην κοινωνία, αλλά και ανάπτυξη των επικοινωνιακών τους δεξιοτήτων

Πώς εμπλέκονται οι εθελοντές στις δράσεις της ΜΨΑ;

Οι εθελοντές έχουν ενεργό ρόλο, αφού μπορούν να:

- Διοργανώνουν και συντονίζουν εσωτερικές δράσεις στην κοινότητα, όπως ενημερωτικές καμπάνιες, εορταστικές εκδηλώσεις, πολιτιστικές ή καλλιτεχνικές δραστηριότητες
- Συμμετέχουν σε εκπαιδεύσεις πάνω σε θέματα ψυχικής υγείας, πρώτων βοηθειών και εθελοντισμού κ.ά., αλλά και να διοργανώνουν οι ίδιοι εκπαιδεύσεις για τους υπόλοιπους εθελοντές, με βάση τις δικές τους γνώσεις και ενδιαφέροντα
- Σχεδιάζουν και υλοποιούν δημιουργικά βιωματικά εργαστήρια (μουσική, ζωγραφική, χειροτεχνία, θέατρο, χορός, φωτογραφία) σε εξωτερικές δράσεις του φορέα





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Μαρία

“Η εμπειρία μου ως εθελόντρια με έφερε πιο κοντά στη συνειδητοποίηση της ανάγκης για αλληλοβοήθεια. Με βοήθησε να κατανοήσω την δύναμη της ανθρώπινης ψυχής, την ανάγκη της φιλίας και την ελπίδα για τα όνειρα μας. Ήρθα σε επαφή με ανθρώπους μοναδικά υπέροχους, γεμάτους όνειρα, στόχους και αξίες. Είμαι πραγματικά ευγνώμων για την συναναστροφή μου με τέτοια άτομα που μου έμαθαν την αξία της συντροφικότητας και της στήριξης.”

● Ιωάννα

“Ο εθελοντισμός με βοήθησε να αποκτήσω νέες εμπειρίες και γνώση. Εκτός από το να μοιράζω αγάπη, έμαθα να μου δίνουν αγάπη και να τη δέχομαι. Ωρίμασα συναισθηματικά, γνωσιακά και πνευματικά...”

● Σοφία

“Ο εθελοντισμός μου έδωσε τη δυνατότητα να συνδεθώ αληθινά με ανθρώπους που έχουν βιώσει κοινωνικό αποκλεισμό και έχουν νιώσει το στίγμα της ψυχικής νόσου. Η εμπειρία αυτή μου έμαθε τι σημαίνει ουσιαστική παρουσία, αποδοχή και σταθερότητα. Δεν προσφέρω απλώς τον χρόνο μου· χτίζω σχέσεις, μαθαίνω να ακούω και να βλέπω τον άνθρωπο πίσω από τη δυσκολία. Είναι μια εμπειρία βαθιά ανθρώπινη και αμοιβαία ενδυναμωτική. Κάθε φορά φεύγω με περισσότερα από όσα προσφέρω!”

● Στέφανος

“Αυτό που θα περιέγραφε την εμπειρία μου ως εθελοντής στην ΑΜΚΕ ΙΑΣΙΣ είναι η συνεχής επιμόρφωση και εξέλιξη. Μέσα από τις δραστηριότητες και τις δράσεις του φορέα, πέρα από πρακτικές γνώσεις, απέκτησα πληθώρα “διδαγμάτων” όσον αφορά την αποτελεσματική διαπροσωπική επικοινωνία, την προσφορά άνευ ανταλλάγματος, αλλά και την άνευ όρων αποδοχή. Αυτό το οποίο σφραγίζει όμως την εμπειρία μου στον φορέα είναι η άπλετη αγάπη και φροντίδα, που έχω εισπράξει από πλευράς των ωφελούμενων, αλλά και του φορέα, οι οποίοι με έχουν αγκαλιάσει σαν μια μεγάλη οικογένεια.”

ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:



ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ

ΝΤΙΣΜΟΣ

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α.
«ΑΓΙΟΣ ΚΟΣΜΑΣ»**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΣ ΚΟΣΜΑΣ»

*ΚΑΘΕ ΒΗΜΑ ΕΝΟΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗ
ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α ΑΓΙΟΣ ΚΟΣΜΑΣ ΕΙΝΑΙ
ΚΑΙ ΕΝΑ ΒΗΜΑ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΓΙΑ
ΚΑΠΟΙΟΝ ΠΟΥ ΤΟ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ.*

- Η Μονάδα Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης «Άγιος Κοσμάς» – Οικοτροφείο Α1 αποτελεί μία στεγαστική δομή της ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ, η οποία λειτουργεί με γνώμονα την αποασυλοποίηση και την κοινωνική επανένταξη ατόμων με ψυχιατρικές παθήσεις. Στεγάζει και υποστηρίζει ενήλικα άτομα που παρουσιάζουν χρόνιες ψυχικές διαταραχές, προσφέροντάς τους ένα ασφαλές, οργανωμένο και υποστηρικτικό περιβάλλον διαβίωσης.
- Ο βασικός στόχος της ΜΨΑ είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής των φιλοξενούμενων μέσω της ενίσχυσης της αυτονομίας, της ανάπτυξης δεξιοτήτων καθημερινής ζωής και της ενεργούς συμμετοχής στην κοινότητα.
- Το εξειδικευμένο προσωπικό της μονάδας που περιλαμβάνει ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, νοσηλευτές, εργοθεραπευτές και βοηθητικό προσωπικό, προσφέρει καθημερινή υποστήριξη, σχεδιάζει και υλοποιεί θεραπευτικά και ψυχοεκπαιδευτικά προγράμματα, καθώς και δράσεις κοινωνικής ενσωμάτωσης και δημιουργικής απασχόλησης.

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΣ ΚΟΣΜΑΣ»

Οι εθελοντές μας:

- δημιουργούν ανθρώπινη & υποστηρικτική σχέση με τους ωφελούμενους
- συμμετέχουν σε ομαδικές και ατομικές δραστηριότητες με τους ενοίκους εντός και εκτός της δομής
- συμβάλουν στην δημιουργία θετικού και ασφαλούς κλίματος
- συνεισφέρουν στο σχεδιασμό και την αρμονική λειτουργία του καθημερινού προγράμματος δραστηριοτήτων





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Αθηνά

“Ο εθελοντισμός με βοήθησε να να δω τυφλά μου σημεία ως άνθρωπος και ως θεραπεύτρια, να ξεπεράσω στερεότυπα που κουβαλούσα, να μάθω καλύτερα τις ανάγκες των ανθρώπων και να συνδέομαι μαζί τους βαθύτερα και αυθεντικά.”

● Μιχάλης

“Το οικοτροφείο είναι ο καταλληλότερος τόπος για έναν νέο ψυχολόγο να εμβαθύνει στις γνώσεις του, καθώς υπάρχουν άτομα με διαφορετικές διαγνώσεις, αλλά και ένα περιβάλλον που σε βοηθά και σε υποστηρίζει να ενταχθείς ομαλά στο πλαίσιο.”

● Νικόλ

“Η εθελοντική μου εργασία στην ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ, πέρα του ότι μου προσφέρει πολύτιμη πρακτική εμπειρία στη διαχείριση και προώθηση της ψυχικής υγείας, μου υπενθυμίζει καθημερινά πόσο ουσιαστικές είναι ποιότητες όπως η αλληλεγγύη, η ενσυναίσθηση, η αποδοχή και ο σεβασμός. Μεσα από την αλληλεπίδρασή μου με ανθρώπους που αντιμετωπίζουν πολλαπλές δυσκολίες, συνειδητοποιώ πως ακόμα και μικρές στιγμές παρουσίας και σύνδεσης μπορούν να κάνουν τη διαφορά.”

● Τίνα

“Μετά την ολοκλήρωση της πρακτικής μου άσκησης αποφάσισα να συνεχίσω την προσφορά μου στο Οικοτροφείο του Αγίου Κοσμά ως εθελόντρια καθώς η σύνδεση μου με τους ωφελούμενους και την ομάδα αποτελεί το βασικότερο κίνητρο για να συνεχίσω να δημιουργώ, να μαθαίνω και να φροντίζω.”

ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α.
«ΑΓΙΟΙ ΤΑΞΙΑΡΧΕΣ»**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΙ ΤΑΞΙΑΡΧΕΣ»

ΕΝΑ ΠΟΛΥΤΙΜΟ ΚΑΙ ΜΑΓΙΚΟ
ΤΑΞΙΔΙ ΠΡΟΣ ΤΟ ΟΡΑΜΑ ΤΗΣ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΑΓΗΣ, ΜΕΣΑ
ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟ ΣΤΗΝ
Μ.Ψ.Α. ΑΓΙΟΙ ΤΑΞΙΑΡΧΕΣ.

Η Μονάδα Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης “Άγιοι Ταξίαρχες” ξεκίνησε την λειτουργία της από τον Αύγουστο του 2023. Πρόκειται για Οικοτροφείο τύπου Α1, που παρέχει φιλοξενία, υποστήριξη και θεραπεία σε 15 άτομα με ψυχικές διαταραχές και νοητική υστέρηση, και βρίσκεται στον Βύρωνα.

Στόχοι της λειτουργίας της μονάδας, μεταξύ άλλων, είναι:

- **Η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ενοίκων** μέσω της παροχής ενός ολοκληρωμένου μοντέλου φροντίδας και εκπαίδευσης σε δεξιότητες καθημερινής διαβίωσης.
- **Η βελτίωση της λειτουργικότητας και η ενίσχυση της αυτονομίας**, μέσα από προγράμματα εκμάθησης και ενδυνάμωσης συμπεριφορών ατομικής υγιεινής και φροντίδας χώρων καθημερινής διαβίωσης
- **Η παροχή θεραπευτικών προγραμμάτων, σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο**, με στόχο την αποφόρτιση, την ανάπτυξη και καλλιέργεια γνωστικών, συναισθηματικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων, την ενδυνάμωση της αίσθησης του ανήκειν, και συνολικά την προαγωγή της ψυχικής ευημερίας των ενοίκων.
- **Η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση της κοινότητας σε ζητήματα ψυχικής υγείας**, μέσα από τη διοργάνωση, ομιλιών, όπως και δράσεων και εκδηλώσεων ποικίλης θεματολογίας και η ενίσχυση της ενεργούς συμμετοχής των ωφελουμένων, με στόχο την επίτευξη της κοινωνική ένταξης και σύνδεσης με την κοινότητα.

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΙ ΤΑΞΙΑΡΧΕΣ»

Στη μονάδα μας, ο εθελοντισμός δεν αποτελεί απλώς μια ευκαιρία συμμετοχής, αλλά πολύτιμη συνεισφορά στην ενδυνάμωση ευάλωτων κοινωνικών ομάδων και μία μοναδική ευκαιρία σύνδεσης και ουσιαστικής προσφοράς. Οι εθελοντές μας είναι αρωγοί στο όραμα μας για την ψυχοκοινωνική αποκατάσταση. Θέτουν βασικά θεμέλια για την επίτευξη της κοινωνικής αλλαγής, εμπνέοντας την ομάδα με τις καινοτόμες και δημιουργικές ιδέες τους, και την διάθεση τους να αλληλεπιδράσουν, να επικοινωνήσουν και να συνδεθούν.

Οι δράσεις στη Μ.Ψ.Α. “Άγιοι Ταξίαρχες”, στις οποίες μπορεί να συμμετάσχει ένας εθελοντής, μεταξύ άλλων, είναι:

- **Ομαδικές δραστηριότητες γνωστικής ενδυνάμωσης:** Συμμετοχή στην υλοποίηση ομαδικών δραστηριοτήτων με στόχο την ενίσχυση δεξιοτήτων σε πεδία όπως: μνήμη, ταχύτητα επεξεργασίας ερεθισμάτων, κατηγοριοποίησης, ταξινόμησης κ.λπ.
- **Ομαδικές δραστηριότητες ψυχαγωγικού χαρακτήρα:** Υποστηρικτικός ή/και οργανωτικός χαρακτήρας σε δραστηριότητες αποφόρτισης και ψυχαγωγίας των ενοίκων
- **Δημιουργική Απασχόληση:** Υποστηρικτικός ή/και οργανωτικός χαρακτήρας σε δραστηριότητες δημιουργικής απασχόλησης, με την χρήση διαφορετικών εργαλείων και μεθόδων, όπως η ενασχόληση με την τέχνη κ.α.
- **Εξωτερικές ομάδες κοινωνικής αλληλεπίδρασης:** Συμμετοχή σε εξωτερικές ομάδες κοινωνικής αλληλεπίδρασης, με την μορφή περιπάτων στην κοινότητα, με τους ενοίκους της δομής
- **Αρθρογραφία:** Συμμετοχή στην σύνταξη αρθρογραφίας ποικίλης θεματολογίας σχετικής με την ψυχική υγεία
- **Κοινοτικές δράσεις:** Συμμετοχή στην διοργάνωση και υλοποίηση δράσεων ευαισθητοποίησης της κοινότητας και προαγωγής της ψυχικής υγείας, όπως εκδηλώσεις, ομιλίες, street events κ.λπ.





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Κατερίνα

“Κατά το χρονικό διάστημα της εθελοντικής μου παρουσίας στο οικοτροφείο, είχα την ευκαιρία να συμμετάσχω ενεργά στις δραστηριότητες και να συνεισφέρω, τόσο στην καθημερινότητα της δομής, όσο και στην ενασχόληση με τους ωφελούμενους. Όλες οι δραστηριότητες που κάναμε κατά τη διάρκεια των επισκέψεών μου στη δομή ήταν ιδιαίτερα εποικοδομητικές τόσο για εμένα όσο κυρίως για τους ωφελούμενους. Η εμπειρία του εθελοντισμού στο φορέα είναι για μένα ιδιαίτερα σημαντική, καθώς με βοήθησε να εφαρμόσω γνώσεις μου στην πράξη, να αναπτύξω δεξιότητες επικοινωνίας και να εμβαθύνω στην κατανόηση των ψυχικών νόσων. Εκτιμώ θερμά τη συνεργασία με το προσωπικό και το υποστηρικτικό κλίμα που συνάντησα από τους υπεύθυνους, οι οποίοι ήταν πάντα εκεί να μας προσφέρουν γνώση, να μας καθοδηγούν και να μας βοηθάνε στην οργάνωση των δραστηριοτήτων και σε οτιδήποτε χρειαζόμασταν.”

● Λαμπρινή

“Η εθελοντική μου εμπειρία στο Οικοτροφείο “Άγιοι Ταξίαρχες” της ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ τον τελευταίο χρόνο υπήρξε ιδιαίτερα σημαντική, καθώς μου έδωσε την ευκαιρία να έρθω σε επαφή με άτομα με ψυχικές δυσκολίες και να συμβάλλω στην ενίσχυση της κοινωνικής τους ένταξης. Μέσα από τη συμμετοχή μου σε ομαδικές δραστηριότητες, την ψυχοκοινωνική υποστήριξη των ενοίκων και τη συνεργασία με τη διεπιστημονική ομάδα, ανέπτυξα ουσιαστικές δεξιότητες στην επικοινωνία, την ενσυναίσθηση και την ομαδικότητα.”

● Διαμάντω

“Η εμπειρία μου είναι ιδιαίτερα θετική και μοναδική θα μπορούσα να πω, διότι έχω έρθει σε επαφή με πολλούς νέους ανθρώπους γεμάτους αγάπη και ανάγκη κατανόησης. Στην ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ μπόρεσα να συνδέσω πρακτικά όλα αυτά που γνώριζα μόνο θεωρητικά, να έρθω σε επαφή με την ψυχική νόσο, να την κατανοήσω και να καταρρίψω τους δικούς μου φόβους και μύθους γύρω από αυτή! Κατάφερα να αισθανθώ ότι προσφέρω και ότι αποκομίζω τόσα μαθήματα από αυτό.

Οι ωφελούμενοι αποτέλεσαν για μένα κίνητρο και πηγή έμπνευσης για περισσότερο αναζήτηση.

Τα βιωματικά και δημιουργικά παιχνίδια μας αποτελούν το αγαπημένο μου κομμάτι αυτής της εμπειρίας, καθώς διαπίστωσα πόσο ανάγκη έχουν οι άνθρωποι να αισθανθούν ότι ανήκουν σε μια ομάδα και ότι φυσικά είναι αποδεκτοί. Κάθε ένας τους είναι ξεχωριστά αποτυπωμένος μέσα μου! Τέλος, είμαι πολύ τυχερή διότι οι επαγγελματίες της δομής ήταν ιδιαίτερα φροντιστικοί και εξυπηρετικοί, κάνοντάς μας να νιώθουμε άνετα από την πρώτη μέρα.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α.
«ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ -
CONNECT BLUE»**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ - CONNECT BLUE»

ΜΙΑ ΓΕΦΥΡΑ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ.

Η ΜΨΑ Αγ. Παρασκευή Α1 ("CONNECT BLUE") αποτελεί έναν εξειδικευμένο φορέα που παρέχει ολοκληρωμένες υπηρεσίες φροντίδας και αποκατάστασης σε άτομα με ψυχικές διαταραχές και σύννοδες κινητικές ή νοητικές δυσκολίες.

Στόχος της μονάδας είναι η βελτίωση της λειτουργικότητας, της ποιότητας ζωής και της κοινωνικής ένταξης των ωφελούμενων της. Η ΜΨΑ παίζει καθοριστικό ρόλο στη μετάβαση του ατόμου από το θεραπευτικό πλαίσιο προς την επανένταξή του στην κοινότητα, προσφέροντας ένα υποστηρικτικό περιβάλλον αποδοχής σεβασμού και ενδυνάμωσης.

**CONNECT
BLUE**

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ - CONNECT BLUE»

Η συμβολή των εθελοντών μπορεί να είναι ποικίλη και προσαρμοσμένη στα ενδιαφέροντα, τις δεξιότητες και το διαθέσιμο χρόνο τους.

Ενδεικτικά:

- Συνοδεία σε εξωτερικές δραστηριότητες: περίπατοι, καφές στην πόλη, παρακολούθηση εκδηλώσεων, επισκέψεις σε μουσεία ή πάρκα
- Διοργάνωση δημιουργικών εργαστηρίων: μουσική, ζωγραφική, χειροτεχνία, φωτογραφία, μαγειρική, ανάγνωση βιβλίων
- Εκμάθηση δεξιοτήτων: βασικά μαθήματα υπολογιστών, ξένες γλώσσες, πρακτικές δεξιότητες καθημερινής ζωής
- Συμμετοχή σε ψυχαγωγικές δραστηριότητες: επιτραπέζια παιχνίδια, θεατρικές ομάδες, προβολές ταινιών
- Απλή συντροφιά: μια κουβέντα, ένας καφές, μια ανθρώπινη παρουσία που δείχνει αποδοχή και ενδιαφέρον
- Υποστήριξη σε δράσεις της μονάδας: παζάρια, εκθέσεις, ενημερωτικές εκδηλώσεις για το κοινό

Η παρουσία ενός εθελοντή στέλνει ένα βαθιά ανθρώπινο μήνυμα:
«Είσαι σημαντικός. Δεν είσαι μόνος. Αξίζεις τον χρόνο μου και τη συντροφιά μου».
Αυτό από μόνο του έχει μεγάλη θεραπευτική αξία.





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

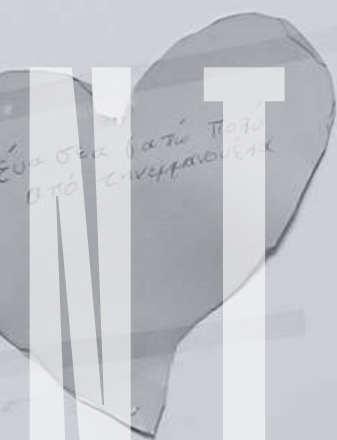
● **Παουλίνα**

“Η ευκαιρία που μου προσφέρει η δομή, να μοιράζω τον χρόνο και την ενέργειά μου σε ανθρώπους που το έχουν πραγματικά ανάγκη, είναι πάρα πολύ σημαντική και το ότι μπορώ να κάνω έστω και λίγο την ημέρα κάποιου άλλου καλύτερη, είναι αυτό που έχει τη μεγαλύτερη αξία.”

● **Ελευθερία**

“Ο εθελοντισμός στην ΙΑΣΙΣ σημαίνει πάρα πολλά για εμένα. Είναι μία μαγική στιγμή όπου αφήνω τον μικρό μου κόσμο, συνδέομαι με κάτι πολύ μεγαλύτερο και γίνομαι μέλος μίας κοινότητας και κατά κάποιο τρόπο νιώθω σαν να αφήνω τον κόσμο λίγο καλύτερο όταν φεύγω.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α.
“ΕΠΑΚΜΟΣ - ΝΙΚΟΣ ΠΑΡΙΤΣΗΣ -
ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ”**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α “ΕΠΑΚΜΟΣ - ΝΙΚΟΣ ΠΑΡΙΤΣΗΣ - ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ”

Ο ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΔΙΝΕΙ ΖΩΗ ΣΤΙΣ ΑΞΙΕΣ ΤΗΣ ΜΟΝΑΔΑΣ.

Το Οικοτροφείο Α4 ξεκίνησε τη λειτουργία του τον Αύγουστο του 2024 στην περιοχή της Αγίας Παρασκευής. Πρόκειται για έναν σύγχρονο χώρο φιλοξενίας που δημιουργήθηκε με στόχο να προσφέρει φροντίδα, στήριξη και ποιότητα ζωής σε 17 ενήλικες με διαταραχές αυτιστικού φάσματος και συνυπάρχουσες ψυχιατρικές δυσκολίες. Η λειτουργία του οικοτροφείου βασίζεται σε μια ολιστική προσέγγιση, όπου λαμβάνονται υπόψη οι ανάγκες του κάθε ενοίκου σε ψυχικό, σωματικό και κοινωνικό επίπεδο. Η φιλοσοφία μας στηρίζεται στον σεβασμό της μοναδικότητας του ατόμου, την ενδυνάμωση και την προώθηση της κοινωνικής συμπερίληψης.

Στόχοι και Δράσεις του Οικοτροφείου Α4:

- **Ψυχική και Σωματική Φροντίδα:** Παρέχουμε ολοκληρωμένη υποστήριξη που περιλαμβάνει την ιατρική και ψυχολογική παρακολούθηση, καθώς και την κάλυψη όλων των βασικών αναγκών της καθημερινότητας.
- **Ενίσχυση Δεξιοτήτων:** Μέσα από ειδικά διαμορφωμένα προγράμματα, καλλιεργούνται οι κοινωνικές και γνωστικές δεξιότητες, ώστε οι ένοικοι να αποκτούν περισσότερη αυτοπεποίθηση και λειτουργικότητα.
- **Ανεξαρτησία και Αυτοεξυπηρέτηση:** Δίνουμε έμφαση στην εκπαίδευση για αυτονομία στην καθημερινή ζωή, με στόχο τη μείωση της εξάρτησης από τρίτους.
- **Δημιουργική Απασχόληση:** Οργανώνονται δραστηριότητες που ενισχύουν τη δημιουργικότητα, όπως εργαστήρια τέχνης, μουσικής και χειροτεχνίας, αλλά και ομαδικά παιχνίδια και δράσεις που φέρνουν χαρά και νόημα στην καθημερινότητα.
- **Κοινωνική Συμπερίληψη:** Προωθούμε τη συμμετοχή των ενοίκων στην κοινότητα, μέσα από δράσεις που καλλιεργούν την αλληλεπίδραση, την αποδοχή και την ενεργό παρουσία τους στο κοινωνικό γίγνεσθαι.

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. “ΕΠΑΚΜΟΣ - ΝΙΚΟΣ ΠΑΡΙΤΣΗΣ - ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ”

Ο εθελοντισμός στο οικοτροφείο Α4 είναι μια εμπειρία ουσιαστικής συμμετοχής στην καθημερινότητα των ενοίκων. Οι εθελοντές συμβάλλουν στη ροή του οικοτροφείου και συμμετέχουν σε ομαδικές και ατομικές δραστηριότητες, όπως δημιουργικά εργαστήρια, εκπαιδευτικές δράσεις και ψυχαγωγικές στιγμές, πάντα σε συνεργασία με το προσωπικό. Με την παρουσία και τη δημιουργικότητά τους προσφέρουν ευκαιρίες για κοινωνικοποίηση, χαρά και νέες εμπειρίες, ενώ ταυτόχρονα εμπλουτίζουν τη ζωή των ενοίκων και αντλούν οι ίδιοι πολύτιμες εμπειρίες.

Οι δράσεις στις οποίες μπορούν να εμπλακούν περιλαμβάνουν:

- **Δημιουργική απασχόληση και καλλιτεχνικά εργαστήρια:** συμμετοχή σε εικαστικά, χειροτεχνίες, μουσική, χορωδία, μουσικοκινητική αγωγή και μαγειρική, ενισχύοντας τη συναισθηματική έκφραση και τις επικοινωνιακές δεξιότητες.
- **Ομάδες ανάπτυξης δεξιοτήτων:** συμμετοχή σε δραστηριότητες γνωστικής ενδυνάμωσης, συναισθηματικής αγωγής, γυμναστικής και εκμάθησης ξένων γλωσσών, προσαρμοσμένες στις ανάγκες κάθε ενοίκου.
- **Εξωτερικές δράσεις και βόλτες:** συνοδεία και υποστήριξη σε εξορμήσεις, εκδρομές και δραστηριότητες στην κοινότητα, ενισχύοντας την κοινωνική συμμετοχή και την αυτονομία.
- **Στήριξη βιωματικών εργαστηρίων και ομάδων:** οργανωτικός ή εμπνευστικός ρόλος σε προγράμματα που προάγουν μάθηση, δημιουργικότητα και κοινωνικοποίηση.
- **Δημιουργία περιεχομένου και ενημέρωσης:** συμβολή στην παραγωγή άρθρων, ενημερωτικών κειμένων και ψηφιακού υλικού για την προβολή του οικοτροφείου και την ευαισθητοποίηση της κοινότητας.





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Μαριάννα

“Η εθελοντική μου συμμετοχή στο Οικοτροφείο Α4 ήταν μια μοναδική εμπειρία. Μέσα από τις δραστηριότητες δημιουργικής απασχόλησης και τις ομαδικές δράσεις, έμαθα να ακούω πραγματικά, να συνεργάζομαι και να προσαρμόζομαι στις ανάγκες κάθε ενοίκου. Κάθε στιγμή μου πρόσφερε χαρά, γνώση και προσωπική ανάπτυξη.”

● Κλειώ

“Στο Οικοτροφείο Α4 ένιωσα ότι η παρουσία μου έχει ουσιαστικό αντίκτυπο. Συμμετείχα σε εξωτερικές βόλτες, εργαστήρια μουσικοκινητικής και γυμναστικές δραστηριότητες, και κάθε φορά έβλεπα τους ενοίκους να εξελίσσονται και να χαμογελούν. Είναι εμπειρία που με έκανε πιο υπομονετική, δημιουργική και ευαισθητοποιημένη.”

● Πάρις

“Η εμπειρία μου στο Οικοτροφείο Α4 με ενέπνευσε να βλέπω την αξία της μικρής καθημερινής προσφοράς. Κάθε δημιουργικό εργαστήριο, κάθε βόλτα, κάθε συνεργασία με τους ενοίκους με δίδαξε υπομονή, ενσυναίσθηση και χαρά. Μέσα από αυτή την εμπλοκή έγινα καλύτερος άνθρωπος και συνειδητοποίησα πόσο σημαντικό είναι να δίνεις χρόνο και αγάπη.”

● Έλενα

“Η εθελοντική μου πορεία στο Οικοτροφείο Α4 ήταν μια διαδρομή συνεχούς μάθησης. Από τη συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες, τη μουσικοκινητική αγωγή, μέχρι τη δημιουργική απασχόληση, κάθε εμπειρία με βοήθησε να κατανοήσω καλύτερα τις δυνατότητες των ενοίκων και τη σημασία της συνεργασίας και της υποστήριξης μέσα σε μια κοινότητα.”

ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

ΝΤΙΣΜΟΣ

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α.
«ΑΓΙΟΣ ΜΑΡΚΟΣ»**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΣ ΜΑΡΚΟΣ»

ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ, ΜΕ
ΣΤΟΧΟ ΤΗΝ ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ
ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ
ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΝΤΑΞΗΣ.

Το Οικοτροφείο Α7 «Άγιος Μάρκος» αποτελεί Μονάδα Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης της ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ, η οποία παρέχει φιλοξενία σε άτομα με σοβαρές ψυχικές διαταραχές και διεγερτική συμπεριφορά.

Προσφέρει ασφαλή διαμονή, σίτιση, ιατρονοσηλευτική φροντίδα και ένα ευρύ φάσμα θεραπευτικών προγραμμάτων.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην εξατομικευμένη ψυχοκοινωνική υποστήριξη και αποκατάσταση, προσαρμοσμένη στις ανάγκες και τις δυνατότητες κάθε φιλοξενούμενου.

Στόχος της μονάδας αποτελεί η προαγωγή της ψυχικής υγείας και η ενίσχυση της κοινωνικής ένταξης, συμβάλλοντας ουσιαστικά στη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων που υποστηρίζει.

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. «ΑΓΙΟΣ ΜΑΡΚΟΣ»

Οι εθελοντές συμμετέχουν ενεργά σε ένα πλούσιο πρόγραμμα εσωτερικών και εξωτερικών δράσεων, τόσο εντός όσο και εκτός δομής. Μέσα από την πολύτιμη προσφορά και τη συμμετοχή τους, οι εθελοντές μας συμβάλλουν στην ψυχαγωγία, την κοινωνικοποίηση και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Εσωτερικές δράσεις

Οι εθελοντές οργανώνουν και συντονίζουν καθημερινά ομάδες στόχο την ψυχαγωγία των ωφελούμενων.

Ενδεικτικά, ορισμένες από τις θεματικές είναι οι εξής:

- μουσικοκινητική αγωγή
- χορός
- καλλιτεχνικά
- γνωστική και συναισθηματική ενδυνάμωση κ.ά.

Εξωτερικές δράσεις

Οι εθελοντές συνοδεύουν και υποστηρίζουν τους φιλοξενούμενους σε εξωτερικές δράσεις, όπως:

- επισκέψεις σε μουσεία και πολιτιστικούς χώρους





Орхидея

ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Μαίρη

“Κάθε μέρα στο οικοτροφείο ήταν ένα μάθημα αγάπης και αποδοχής. Έμαθα να διακρίνω την ψυχή πίσω από τα λόγια, να εκτιμώ τις σιωπές και να χαίρομαι με τις μικρές νίκες των ανθρώπων.”

● Αθανασία

“Η εμπειρία του εθελοντισμού με έχει βοηθήσει να αναγνωρίσω την σημασία της προσφοράς και της ενσυναίσθησης και τελικά να λαμβάνω περισσότερα απ’όσα φανταζόμουν.”

● Μαρία

“Ο εθελοντισμός μου έδωσε την ευκαιρία να γνωρίσω από κοντά την αξία της προσφοράς και της αλληλεγγύης. Κατάλαβα πως η παρουσία, η κατανόηση και η διάθεση να βοηθήσεις μπορούν να δώσουν δύναμη σε ανθρώπους που το έχουν ανάγκη.”

● Ελένη-Ζωή

“Μέσα από την εθελοντική μου δράση απέκτησα πολύτιμες γνώσεις και δεξιότητες, όπως η ενσυναίσθηση και η ικανότητα διαχείρισης κρίσιμων καταστάσεων. Η εμπειρία της προσφοράς μου έδειξε πως ακόμη και ένα απλό χαμόγελο μπορεί να φωτίσει την ημέρα ενός ωφελομένου.”

● Κλεοπάτρα

“Η εμπειρία μου υπήρξε εξαιρετικά θετική, καθώς μου χάρισε πολύτιμες στιγμές και συνέβαλε στην προσωπική και επαγγελματική μου εξέλιξη. Το σημαντικότερο μάθημα που αποκόμισα είναι ότι μια απλή κουβέντα, ένα ειλικρινές ενδιαφέρον και μια ζεστή αγκαλιά μπορούν να βελτιώσουν ουσιαστικά την ψυχολογία ενός ανθρώπου.”

● Όλγα

“Ως εθελόντρια, ένιωσα πως δεν προσφέρω μόνο, αλλά και λαμβάνω χαμόγελα, εμπιστοσύνη και μαθήματα ζωής που θα με συνοδεύουν για πάντα.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΙΑΣΙΣ AT CENTRO

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ ΙΑΣΙΣ AT CENTRO**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ IASIS | AT CENTRO

*ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ,
ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ
ΣΤΟ ΚΟΙΝΟΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ
ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΤΗΣ ΑΜΚΕ ΙΑΣΙΣ.*

Το "IASIS | At Centro" αποτελεί ένα σύγχρονο Κοινοτικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας που λειτουργεί αδιάλειπτα από το 2008, παρέχοντας εξειδικευμένες υπηρεσίες σε ενήλικες με ψυχοκοινωνικές δυσκολίες. Στεγάζεται στο κέντρο της Αθήνας, επί της οδού Πατησίων 84 & Δεριγνύ 12, και λειτουργεί ως ένας ανοιχτός, συμπεριληπτικός και υποστηρικτικός χώρος τόσο για τους ωφελούμενους όσο και για την ευρύτερη κοινότητα.

Ο βασικός του προσανατολισμός διαρθρώνεται σε δύο κύριους άξονες:

- α) την ψυχοκοινωνική αποκατάσταση μέσω εξατομικευμένων και ομαδικών θεραπευτικών παρεμβάσεων και
- β) την πρόληψη, ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της κοινότητας σε ζητήματα ψυχικής υγείας, μέσα από πολυεπίπεδες δράσεις κοινωνικού χαρακτήρα.

Σε αυτό το πλαίσιο, ο εθελοντισμός δεν αποτελεί απλώς μια ευκαιρία συμμετοχής, αλλά ένα κρίσιμο εργαλείο ενδυνάμωσης της κοινότητας, συνδιαμόρφωσης κοινωνικών αξιών και προσωπικής εξέλιξης.

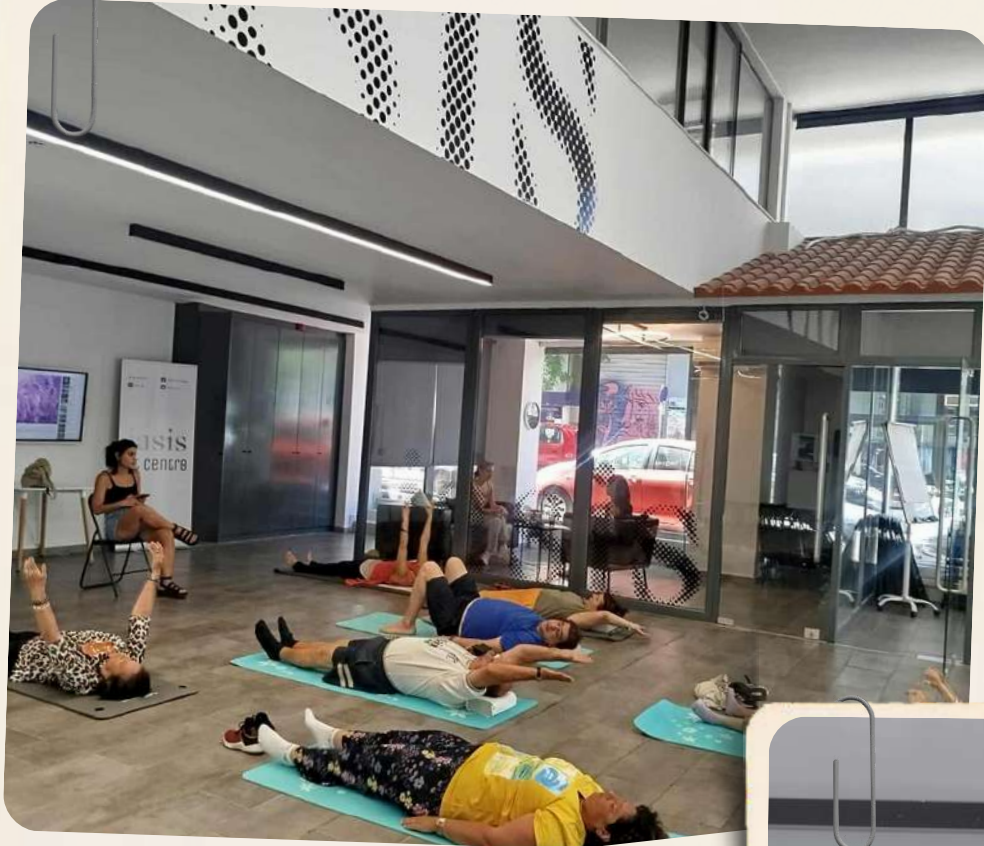
iasis
at centro

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ IASIS AT CENTRO

Οι δράσεις στις οποίες μπορούν να εμπλακούν περιλαμβάνουν:

- Συμμετοχή και υποστήριξη ομάδων, όπως βιωματικές ομάδες εκπαίδευσης, ενδυνάμωσης, τέχνης και κοινωνικών δεξιοτήτων, με στόχο την απόκτηση εμπειρίας και τη βαθύτερη κατανόηση των προσεγγίσεων ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης
- Ανάληψη οργανωτικού ή υποστηρικτικού ρόλου σε δράσεις κοινωνικού χαρακτήρα εντός και εκτός της δομής, όπως ενημερωτικές παρεμβάσεις, δράσεις πρόληψης και ευαισθητοποίησης σε θέματα ψυχικής υγείας
- Συνεργασία με επαγγελματίες για τη συνδιοργάνωση νέων θεματικών εργαστηρίων, με βάση τις ανάγκες των ωφελούμενων και τα ενδιαφέροντα του ίδιου του εθελοντή
- Δημιουργία περιεχομένου για τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τον ιστότοπο του οργανισμού, που μπορεί να περιλαμβάνει άρθρα, ενημερωτικά κείμενα ή οπτικοακουστικό υλικό, με στόχο τη διάχυση των δράσεων και την ενίσχυση της δημόσιας εικόνας του Κέντρου
- Συμμετοχή σε εσωτερικά προγράμματα εκπαίδευσης, προκειμένου να ενισχυθούν οι γνώσεις και δεξιότητες των εθελοντών, εντός του πλαισίου της δια βίου μάθησης
- Συνεργασία με άλλους εθελοντές και επαγγελματίες σε οριζόντιες δράσεις, ενισχύοντας την ομαδικότητα, την ανταλλαγή καλών πρακτικών και την ανάπτυξη κοινοτικών δεσμών





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Ιωάννα

“Η εμπειρία μου στο Κέντρο Ημέρας στην ΙΑΣΙΣ ήταν άριστη! Ως εθελόντρια είχα την ευκαιρία να συντονίσω διάφορες ομάδες και να μοιραστώ τις γνώσεις μου με τους συμμετέχοντες. Τα σεμινάρια που παρακολούθησα ήταν πολύ βοηθητικά καθώς διέδυναν σφαιρικά τις γνώσεις μου πάνω σε θέματα ψυχικής υγείας και ευημερίας. Ενώ η προσφορά και η ικανοποίηση που ένιωθα μέσα σε όλο αυτό το ταξίδι με βοήθησε και εμένα προσωπικά ως άνθρωπο. Ευχαριστώ πολύ την ΙΑΣΙΣ γι’αυτήν την εμπειρία και όσα έχω αποκομίσει στη συνεργασία μου στην διεξαγωγή ομάδων, παρακολούθηση σεμιναρίων και συμμετοχή σε άλλες ομάδες!”

● Σμαράγδα

“Στον εθελοντισμό μου συντονίζω ομάδες όπως: Clay & Create, Στα Όρια της Τέχνης και Game On! με στόχο την ψυχοκοινωνική ενδυνάμωση, έκφραση και ανθρώπινη σύνδεση. Συμμετέχω σε βιωματικές παρεμβάσεις παραδειγματικά Μιλάμε & Συνδεόμαστε ή Θέατρο του Καταπιεσμένου με θεματικές ενδοοικογενειακής βίας ή ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητα, καλλιεργώντας την έκφραση και ασφάλεια. Συμμετέχω επίσης στο TetARTη – Out & About όπου επισκεπτόμαστε μουσεία και εκθέσεις, αλλά και εβδομαδιαίες εκδρομές τις Παρασκευές, που μας φέρνουν κοντά στη φύση και στη συλλογικότητα. Προετοιμάζω ημερίδες διαφόρων θεματικών και συμμετέχω στη κινητή ντουζιέρα προσφέροντας φροντίδα και αξιοπρέπεια σε άστεγους συμπολίτες. Ο εθελοντισμός δεν είναι απλώς χρόνος προσφοράς, είναι βαθιά ανθρώπινη εμπειρία που με συγκινεί, με εξελίσσει και με γεμίζει αληθινό νόημα.”

● Γιάννης

“Η εμπειρία μου στο Κέντρο Ημέρας ΙΑΣΙΣ είναι αρκετά πλούσια! Ξεκίνησα στην αρχή χωρίς ακριβώς να ξέρω πού και πώς θα μπορούσα να βοηθήσω περισσότερο, ήταν δηλαδή κάτι σαν δοκιμαστική περίοδος για μένα. Πλέον όμως, κάνοντας 2 υπέροχες ομάδες (Coffee and Connection/Ποιητικές Περιπλανήσεις) νιώθω πως έχω γίνει ένα αναπόσπαστο μέλος των εθελοντών και έχω δημιουργήσει μια πολύ βαθύτερη σύνδεση με τους ωφελούμενους. Αυτή η βιωματική εμπειρία θα με συντροφεύει και στο μέλλον, είτε προσωπικό είτε επαγγελματικό!”

● Μαρίνα

“Εδώ και 7 χρόνια, ο εθελοντισμός στην ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ είναι για μένα κάτι πολύ περισσότερο από προσφορά. Είναι αγάπη, είναι οικογένεια, είναι κομμάτι του εαυτού μου. Δεν έχω αποκτήσει μόνο γνώσεις, αλλά έχω υιοθετήσει διαφορετική στάση ζωής. Μέσα από δικές μου συνεντεύξεις, δικά μου ενημερωτικά TikTok βίντεο, σεμινάρια, άρθρα, οδηγούς και δράσεις, είχα την ευκαιρία να δημιουργήσω, να εκφραστώ και να εξελιχθώ, χτίζοντας γερά θεμέλια για την επαγγελματική μου πορεία.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ CONNECT ATHENS**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT ATHENS

Η ΑΛΛΑΓΗ ΞΕΚΙΝΑ ΑΠΟ ΕΣΕΝΑ ΚΑΙ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΕΔΩ, ΣΤΟ CONNECT ATHENS.

Το **CONNECT ATHENS** είναι το πιο ζωντανό σημείο συνάντησης για νέους και νέες στην καρδιά της Αθήνας, στα Κάτω Πατήσια!

Εδώ δεν είμαστε απλοί θεατές της κοινότητας, τη χτίζουμε ξανά, βήμα βήμα, μαζί.

Μέσα από δημιουργικά προγράμματα, δράσεις, events και workshops που αφήνουν αποτύπωμα, το Connect γίνεται χώρος έμπνευσης, συνεργασίας και αλλαγής. Αν ψάχνεις ένα μέρος για να εξελιχθείς, να μοιραστείς ιδέες και να γνωρίσεις ανθρώπους με κοινό όραμα, τότε μόλις το βρήκες.

Το Connect Athens, μέρος της ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και του δικτύου Connect your City, είναι ένας χώρος αφιερωμένος στους νέους 16–30 ετών που θέλουν να πάνε τη ζωή και την κοινότητά τους ένα βήμα παραπέρα.

Προσφέρει υποστήριξη, καθοδήγηση και ευκαιρίες ανάπτυξης για όσους αντιμετωπίζουν προκλήσεις, μέσα από ψυχοκοινωνική ενδυνάμωση, συμμετοχή και δημιουργικότητα.

Είναι ένας χώρος γεμάτος έμπνευση και θετική ενέργεια· ένα σημείο όπου μπορεί κάποιος να ανακαλύψει τον εαυτό του, να χτίσει δεξιότητες και να δημιουργήσει το μέλλον που ονειρεύεται, ξεκινώντας από τη δική του γειτονιά.

CONNECT
ATHENS

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ CONNECT ATHENS

Στο Connect Athens, ο ρόλος του εθελοντή είναι ενεργός και ουσιαστικός. Δεν πρόκειται απλώς για συμμετοχή σε δράσεις, αλλά για μια εμπειρία δημιουργίας, μάθησης και συνεργασίας.

Οι εθελοντές συμβάλλουν στην οργάνωση και υλοποίηση δραστηριοτήτων που ενισχύουν τη σύνδεση των νέων με την κοινότητά τους, από δημιουργικά εργαστήρια και πολιτιστικά events, μέχρι κοινωνικές πρωτοβουλίες που προάγουν την αλληλεγγύη, τη βιωσιμότητα και την ψυχική υγεία.

Μέσα από τη συμμετοχή τους, αποκτούν νέες δεξιότητες, ανακαλύπτουν τα δυνατά τους σημεία και αναπτύσσουν την ικανότητα να συνεργάζονται, να επικοινωνούν και να εμπνέουν. Ο εθελοντισμός στο Connect Athens δεν είναι μόνο μια πράξη προσφοράς, αλλά και μια διαδικασία προσωπικής εξέλιξης και κοινωνικής ενδυνάμωσης.

Κάθε εθελοντής φέρνει μαζί του τη δική του ενέργεια, ιδέες και όραμα, συνδιαμορφώνοντας έναν χώρο που ανήκει σε όλους.

Οι δράσεις στις οποίες μπορούν να εμπλακούν περιλαμβάνουν:

- Δημιουργικά εργαστήρια και εκπαιδεύσεις
- Υλοποίηση δράσεων
- Κοινωνικές και εθελοντικές πρωτοβουλίες, με στόχο τη στήριξη ευάλωτων ομάδων και την προώθηση της αλληλεγγύης
- Περιβαλλοντικές δράσεις, που αφορούν τη βιωσιμότητα, την ανακύκλωση και την οικολογική ευαισθητοποίηση
- Συμμετοχή σε προγράμματα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης και ενδυνάμωσης νέων
- Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της κοινότητας
- Υποστήριξη της λειτουργίας του χώρου





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Μαρία

“Στο Connect Athens ένιωσα από την πρώτη στιγμή πως ανήκω κάπου. Μέσα από τις δράσεις γνώρισα ανθρώπους με παρόμοιες ανησυχίες και έμαθα να εκφράζομαι πιο ελεύθερα. Είναι ένας χώρος που σου δίνει δύναμη να γίνεις η καλύτερη εκδοχή του εαυτού σου.”

● Ελένη

“Ξεκίνησα εθελοντικά γιατί ήθελα να δοκιμάσω κάτι καινούργιο. Τελικά βρήκα μια ομάδα που με εμπνέει κάθε μέρα. Μαθαίνουμε, δημιουργούμε και βλέπουμε τις ιδέες μας να παίρνουν μορφή. Είναι απίστευτο συναίσθημα!”

● Νίκος

“Το Connect Athens μου έδωσε την ευκαιρία να αξιοποιήσω τη δημιουργικότητά μου με ουσιαστικό τρόπο. Μέσα από τις δράσεις ένιωσα ότι συμβάλλω πραγματικά σε κάτι μεγαλύτερο, σε μια κοινότητα που νοιάζεται, στηρίζει και εξελίσσεται μαζί. Κάθε εμπειρία εδώ με έκανε να πιστέψω περισσότερο στη δύναμη της συμμετοχής.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT AUTISM

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ CONNECT AUTISM**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT AUTISM

*ΟΙ ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ ΑΠΟΤΕΛΟΥΝ
ΑΝΑΠΟΣΠΑΣΤΟ ΚΑΙ ΠΟΛΥΤΙΜΟ
ΜΕΡΟΣ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ
CONNECT AUTISM.*

Το Κέντρου Ημέρας για τον Αυτισμό λειτουργεί από τον Δεκέμβριο του 2024 σε συνεργασία με το Δήμο Νέας Φιλαδέλφειας – Νέας Χαλκηδόνας, και το Ελληνικό Κέντρο για την Ψυχική Υγεία και Θεραπεία του Παιδιού και της Οικογένειας, «Το Περιβολάκι», και απευθύνεται σε παιδιά, εφήβους και νεαρούς ενήλικες έως 30 ετών με διαταραχές αυτιστικού φάσματος, καθώς και τις οικογένειές τους.

Το Κέντρο Ημέρας Αυτισμού, Connect Autism, έχει στόχο την:

Εξατομικευμένη Θεραπεία: Υψηλής ποιότητας προσαρμοσμένες στις ανάγκες κάθε ωφελούμενου

Ανάπτυξη Δεξιοτήτων: Ενίσχυση της επικοινωνίας, της κοινωνικότητας και της αυτονομίας μέσα από ειδικά προγράμματα εκπαίδευσης

Ενδυνάμωση: Δημιουργία ευκαιριών για τα άτομα με στόχο την αξιοποίηση των δυνατοτήτων τους, την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και την κοινωνική ένταξη.

Υποστήριξη Οικογενειών: Παροχή συμβουλευτικής και καθοδήγησης στους γονείς και τους φροντιστές για την καλύτερη δυνατή διαχείριση της καθημερινότητας.

Κοινωνική Συμπερίληψη: Δημιουργία δράσεων που προωθούν την αποδοχή και τη συμπερίληψη των ατόμων με αυτισμό στην κοινότητα.

**CONNECT
AUTISM**

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ CONNECT AUTISM

Ο εθελοντισμός στο Κέντρο Ημέρας για τον Αυτισμό συνιστά πράξη κοινωνικής προσφοράς και ενεργού συμμετοχής στην υποστήριξη ατόμων που βρίσκονται στο φάσμα. Εντάσσονται σε ένα οργανωμένο πλαίσιο δράσεων, συνδράμοντας στην υλοποίηση εκπαιδευτικών, δημιουργικών και κοινωνικών δραστηριοτήτων, ενώ η συμβολή τους πραγματοποιείται με απόλυτο σεβασμό στις ιδιαίτερες ανάγκες και δυνατότητες κάθε ατόμου, σε συνεργασία με εξειδικευμένο προσωπικό, και αποτελεί ουσιαστικό παράγοντα για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με αυτισμό και των οικογενειών τους.

Οι εθελοντές μας συμμετέχουν ενεργά στην υλοποίηση δράσεων.

Οι δράσεις στις οποίες μπορούν να εμπλακούν περιλαμβάνουν:

- Δράσεις δρόμου (street events), και ενημερωτικά περίπτερα
- Συντονισμό και υποστήριξη βιωματικών εργαστηρίων (workshops)
- Συμμετοχή σε δράσεις της κοινότητας τόσο με οργανωτικό όσο και εμψυχωτικό ρόλο
- Δυνατότητα να εμπλακούν σε προγράμματα που στοχεύουν στη δια βίου μάθηση και στην κατανόηση του αυτισμού, όπως εκπαιδευτικά προγράμματα. Κύρια αρμοδιότητα σε αυτά είναι η συμμετοχή με στόχο την παροχή υποστήριξης σε επαγγελματίες ή/και συμμετέχοντες ωφελούμενους
- Ενεργό ρόλο σε οριζόντιες δράσεις του φορέα παρέχοντάς τους έτσι την ευκαιρία να αλληλεπιδράσουν και να συνεργαστούν επικοδομητικά με άλλους εθελοντές
- Συμμετοχή και υποστήριξη ομάδων που πραγματοποιούνται στο χώρο του Κέντρου Ημέρας, όπως βιωματικές ομάδες εκπαίδευσης, ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης για την Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος
- Συμμετοχή και συντονισμός δημιουργικών δραστηριοτήτων με στόχο την καλλιέργεια και ενίσχυση της συναισθηματικής έκφρασης και των επικοινωνιακών δεξιοτήτων
- Εκπαιδευτικά προγράμματα που πραγματοποιούνται σε σχολικές μονάδες με στόχο την αύξηση της γνώσης για τον αυτισμό
- Αρθρογραφία που αφορά την συγγραφή άρθρων και ενημερωτικών κειμένων για την ιστοσελίδα του φορέα αλλά και τη δημιουργία περιεχομένου για τα social media του Connect Autism



ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Βιργινία

“Μέσα από το Connect Autism ήρθα σε επαφή με νέους ανθρώπους, συνεργάστηκα, επιμορφώθηκα, διασκέδασα και προσέφερα με τον δικό μου τρόπο. Είναι μία όμορφη εμπειρία, που με βοηθά να γίνομαι μία καλύτερη εκδοχή του εαυτού μου!”

● Γιάννος

“Εθελοντισμός στο Connect Autism είναι να δίνεις πίσω σε αυτούς που το έχουν πραγματικά ανάγκη, αβίαστα, αφήνοντάς σου μια γλυκιά επίγευση στη ψυχή.”

● Βίκυ

“Ξεκίνησα ως εθελόντρια, με την επιθυμία να προσφέρω, αλλά τελικά πήρα παραπάνω από όσα περίμενα. Στο Connect Autism, όπου σήμερα έχω την τιμή να είμαι youth leader εθελοντών, βρήκα ουσία, σύνδεση και έναν σκοπό με πραγματικό νόημα. Εκεί γνώρισα ανθρώπους που με ενέπνευσαν, έμαθα να βλέπω τον κόσμο με περισσότερη κατανόηση και αγάπη, και ένιωσα πως κάθε μικρή πράξη μπορεί να αλλάξει ζωές, ξεκινώντας από τη δική μου.”

● Βικτώρια

“Η εθελοντική μου δραστηριοποίηση στο Κέντρο Ημέρας για τον Αυτισμό «Connect Autism» αποτέλεσε για μένα μια πολύτιμη εμπειρία ανάπτυξης, τόσο σε επαγγελματικό όσο και σε προσωπικό επίπεδο. Μέσα από τη συμμετοχή μου στις δράσεις του Κέντρου, καλλιέργησα δεξιότητες επικοινωνίας και συνεργασίας, ενώ απέκτησα μεγαλύτερη κατανόηση για τις ιδιαιτερότητες και τις ανάγκες απόμων με αυτισμό. Συνολικά, η εμπλοκή μου σε αυτό το πλαίσιο με βοήθησε να προσδιορίσω πιο ξεκάθαρα τα πεδία ενδιαφέροντος μου και τον ρόλο που θέλω να έχω ως Ψυχολόγος.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΙΑΣΙΣ ΗΥΡΑΤΙΑ

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΗΝ ΙΑΣΙΣ ΗΥΡΑΤΙΑ**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΙΑΣΙΣ ΗΥΡΑΤΙΑ

**ΕΝΑΣ ΧΩΡΟΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ,
ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ, ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗΣ
ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ
ΓΥΝΑΙΚΕΣ.**

Σκοπός της υπηρεσίας «Υπατία» είναι η ενδυνάμωση των γυναικών σε προσωπικό, κοινωνικό και επαγγελματικό επίπεδο, λαμβάνοντας υπόψη όλους τους παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν την καθημερινή τους ζωή.

Στόχοι Υπατίας:

- Να αποτρέψει πιθανές καταστάσεις κοινωνικής βίας με βάση το φύλο
- Να συντελέσει στην κοινωνική ευημερία κάθε γυναίκας μέσω μιας ολιστικής προσέγγισης στις δράσεις της
- Να συνδράμει στην επίτευξη της ευεξίας κάθε γυναίκας μέσα από: την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης, αύξηση της αυτοεκτίμησης, της αυτοσυνείδησης και της ανθεκτικότητας, τόσο σε προσωπικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο
- Να αυξήσει την ευαισθητοποίηση σε ζητήματα ισότητας των φύλων
- Να βελτιώσει την αυτονομία κάθε γυναίκας μέσω συγκεκριμένων δυνατοτήτων αυτοενδυνάμωσης (εκπαίδευση - κατάρτιση και δημιουργία ευκαιριών εργασίας ή υποστήριξη στην εύρεση εργασίας)
- Να βελτιώσει την πρόσβαση στην αγορά εργασίας διευρύνοντας τις προοπτικές απασχόλησης
- Να αυξήσει ευκαιρίες δικτύωσης και εργασίας για όλες τις γυναίκες, ανεξάρτητα από το υπόβαθρο και τις δυσκολίες που πιθανόν να αντιμετωπίζουν στην καθημερινή τους ζωή

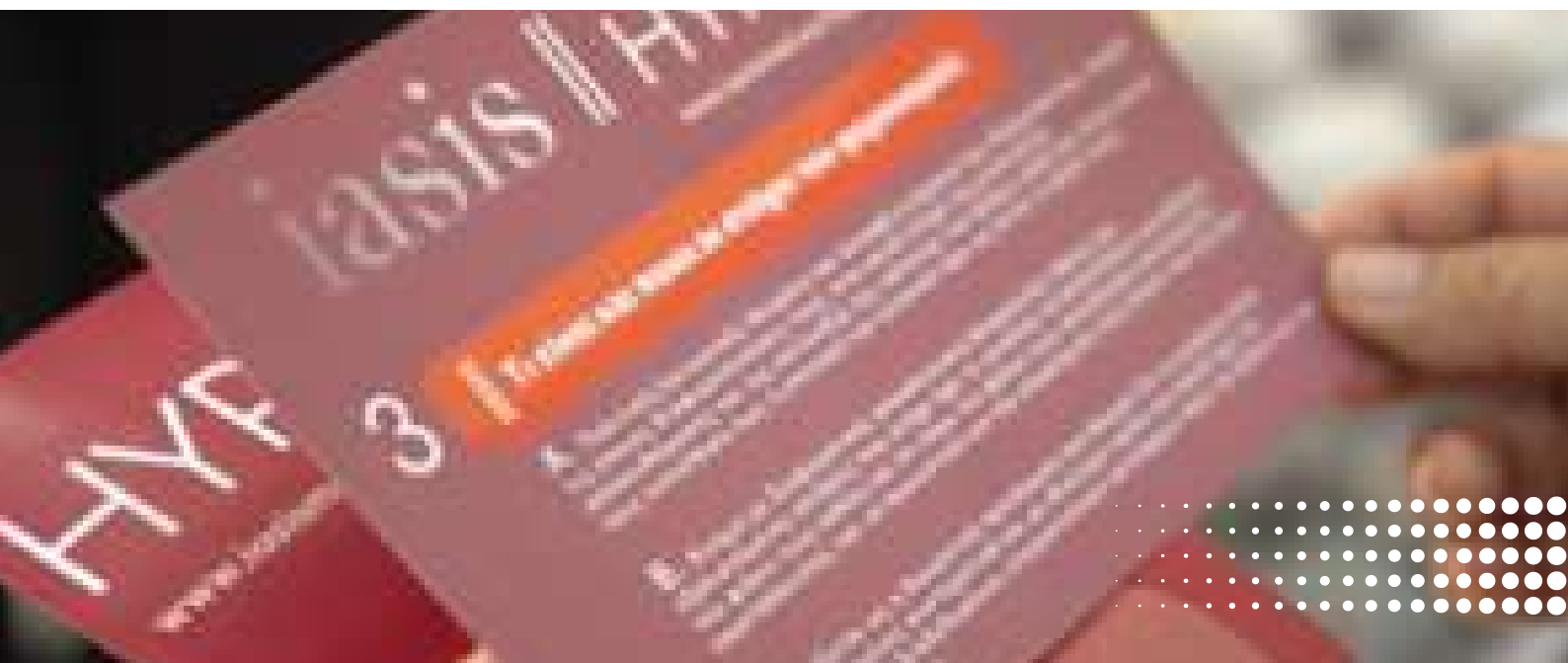
iasis || ΗΥΡΑΤΙΑ

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ ΙΑΣΙΣ ΗΥΡΑΤΙΑ

- Να γνωρίσει ανθρώπους από διαφορετικές ομάδες και να καλλιεργήσει κοινωνικές δεξιότητες
- Να δικτυωθεί με άλλους φορείς και υπηρεσίες, κάτι που μπορεί να τον/την ευνοήσει μελλοντικά ανάλογα με τον επαγγελματικό του/της κλάδο
- Να γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του/της μέσα από την αλληλεπίδραση και την ενεργό συμμετοχή
- Να ενδυναμωθεί ψυχικά και συναισθηματικά μέσα από τις δραστηριότητες
- Να καλλιεργήσει και να αναπτύξει νέες δεξιότητες και ικανότητες
- Να αποκτήσει αυτοπεποίθηση και αίσθηση προσωπικής αξίας
- Να εξερευνήσει επαγγελματικές ή εκπαιδευτικές δυνατότητες που δεν είχε σκεφτεί στο παρελθόν

Οι δράσεις στις οποίες μπορούν να εμπλακούν περιλαμβάνουν:

- Σχεδιασμός, προγραμματισμός και υλοποίηση ομάδων και βιωματικά εργαστήρια ενδυνάμωσης
- Διοργάνωση και συμμετοχή σε εκδηλώσεις όπως ημερίδες, street event, φεστιβάλ, webinar κ.α.
- Αναρτήσεις σε Social Media
- Αρθρογραφία





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Έλκα

“Η εμπειρία μου στην υπηρεσία Υπατία, τόσο ως εθελόντρια όσο και ως ασκούμενη, υπήρξε βαθιά μεταμορφωτική. Μέσα από τη συνεργασία με τις γυναίκες και την ομάδα, ένιωσα στην πράξη τι σημαίνει ενδυνάμωση — όχι μόνο να στηρίζεις, αλλά και να εξελίσσεσαι μαζί τους.”

● Μυρτώ

“Ξεκίνησα ως εθελόντρια ψυχολόγος στην Υπατία έχοντας στο μυαλό μου πώς μπορώ να εξελιχθώ ως προσωπικότητα. Προς μεγάλη μου έκπληξη, πέρα και πάνω από αυτά, ανάμεσα στις γυναίκες της Υπατίας βρήκα η ίδια στήριξη, έμαθα, έκανα φίλιες, φρόντισα τον χώρο σαν να ήταν δικός μου και δέθηκα με δεσμούς τέτοιους που ξεπερνούν κάθε προσδοκία.”

● Κατερίνα

“Το να είσαι γυναίκα είναι ένα ανεκτίμητο δώρο, αλλά ταυτόχρονα, πολλές φορές, και μια κατάρα. Σε όλη την ιστορία, οι γυναίκες πάλευαν με την ανισότητα, την υποτίμηση, την διάκριση και την παρενόχληση, με αποτέλεσμα πολλές από αυτές να χάσουν την σπίθα τους, την δύναμη τους και το χαμόγελό τους.

Μέσα από το κέντρο Hyratia, πρώτα ως ωφελούμενη και έπειτα ως εθελόντρια, έμαθα τι σημαίνει ενδυνάμωση. Έμαθα πώς είναι να παίρνεις στήριξη, αγάπη, ασφάλεια, και πως η φωνή σου παίρνει υπόσταση όταν αυτά τα δίνεις πίσω.

Το να είμαι εθελόντρια εδώ, είναι κάτι πολύ παραπάνω από προσφορά.

Είναι ο τρόπος μου να τιμώ την γυναικεία δύναμη και να είμαι κι εγώ ένα κομμάτι της αλλαγής.

Για να μην νιώσει ποτέ καμία ξανά μόνη.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ



**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ CONNECT THESSALONIKI**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT THESSALONIKI

*ΕΝΑΣ ΧΩΡΟΣ ΑΠΟΔΟΧΗΣ ΚΑΙ
ΕΚΦΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ
ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ. ΕΝΑ ΚΕΝΤΡΟ ΠΟΥ
ΕΝΩΝΕΙ ΤΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ.*

Ως επέκταση των υπηρεσιών του Κέντρου Ημέρας για τη στήριξη της Οικογένειας στη Θεσσαλονίκη, δημιουργήθηκε μια νέα υπηρεσία με σκοπό να ενισχύσει εφήβους και νεαρούς ενήλικες μέσω της δημιουργίας ενός σύγχρονου χώρου ασφαλούς έκφρασης και ενός δικτύου ολιστικής παρέμβασης και αντιμετώπισης.

Το Connect Thessaloniki αποτελεί υπηρεσία πρόληψης και αντιμετώπισης πρό-παραβατικής και παραβατικής συμπεριφοράς και περιλαμβάνει:

- Κινητή Μονάδα
- Κέντρο Νέων
- Μονάδα Βραχυχρόνιας Παραμονής
- Καινοτόμες Ψηφιακές Υπηρεσίες

Οι εθελοντές στο Connect Thessaloniki αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ομάδας μας, προσφέροντας τον χρόνο, τις γνώσεις και την ενέργειά τους για να δημιουργήσουν θετικές εμπειρίες για τους εφήβους και τους νεαρούς ενήλικες που συμμετέχουν στα προγράμματά μας.

CONNECT
THESSALONIKI

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ CONNECT THESSALONIKI

Οι δράσεις στις οποίες μπορούν να εμπλακούν περιλαμβάνουν:

- Συμμετοχή σε εσωτερικές δράσεις ψυχοκοινωνικού χαρακτήρα με στόχο:
 - τη δημιουργική έκφραση
 - την εκπαίδευση
 - την ψυχαγωγία
 - την ενίσχυση κοινωνικών δεξιοτήτων
 - την ενδυνάμωση και τη συνοχή της ομάδας
- Συμμετοχή σε εξωτερικές δράσεις όπως εκδηλώσεις, φεστιβάλ και παρεμβάσεις στην κοινότητα
- Συμμετοχή στις δράσεις της Κινητής Μονάδας για την υποστήριξη της κοινότητας, όπως διανομή τροφίμων και ειδών πρώτης ανάγκης, συλλογή προϊόντων από λαϊκές αγορές και παροχή βοήθειας σε οικογένειες που το χρειάζονται
- Συντονισμός και υποστήριξη δράσεων, σε συνεργασία με την επαγγελματική ομάδα του Κέντρου
- Λειτουργία ως θετικό πρότυπο και πηγή έμπνευσης για τους εφήβους και τους νεαρούς ενήλικες που συμμετέχουν στα προγράμματα
- Συμμετοχή σε εποπτείες, εκπαιδεύσεις και συναντήσεις team building, με στόχο τη συνεχή βελτίωση της υποστήριξης προς τους ωφελούμενους και την ενδυνάμωση της εθελοντικής ομάδας





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Σεβντά

“Ξεκίνησα ως εθελόντρια στο Connect Thessaloniki διότι με χαροποιεί ιδιαίτερα η προσφορά βοήθειας σε ανθρώπους. Η εθελοντική μου πορεία είναι πολύ ξεχωριστή για εμένα, καθώς μέσα από αυτήν ήρθα σε επαφή με αξιαγάπητους ανθρώπους, έμαθα καινούργια πράγματα και απέκτησα πολύ ωραίες εμπειρίες, οι οποίες θα παραμείνουν αξέχαστες.”

● Αλίκη

“Στην πορεία μου στο Connect Thessaloniki ως εθελόντρια, έχω καταφέρει να συνδυάσω τη θέλησή μου για προσφορά με την απόκτηση γνώσεων για τον τομέα της ψυχικής υγείας. Μέσω της δομής, έχω έρθει σε επαφή με πολλούς ανθρώπους που μοιράζονται το πάθος μου για την κοινωνική αλλαγή και πολύτιμες εμπειρίες ζωής. Τέλος, η συμμετοχή μου στις δραστηριότητες, ακόμη και ως εθελόντρια, έχει δράσει θεραπευτικά για μένα, δίνοντάς μου την ευκαιρία να κοινωνικοποιηθώ και να εκφράσω τον εαυτό μου μέσω της τέχνης.”

● Γεωργία

“Σε μια δομή εθελοντισμού, όπως το Connect Thessaloniki, η προσφορά ενώνει τους ανθρώπους και η συνεργασία μετατρέπει την καλή πρόθεση σε ουσιαστικό αντίκτυπο.”

● Τρύφων

“Η πορεία μου στο Connect Thessaloniki ξεκίνησε ως εθελοντής και εξελίχθηκε ως προσωπική αλλαγή και σταδιοδρομία. Βρήκα ανθρώπους με γνώσεις, ενσυναίσθηση και πάνω από όλα αγάπη για προσφορά που συνέβαλλαν στο να εξελιχθώ και να προσφέρω ακόμα περισσότερο.”

● Βασίλης

“Ξεκίνησα ως εθελοντής καθώς με εκφράζει η προσφορά βοήθειας σε ανθρώπους. Ωστόσο στο Connect Thessaloniki μου δόθηκαν ευκαιρίες, ώστε να αξιοποιήσω τον χρόνο μου νιώθοντας την ευχάριστη αίσθηση της προσφοράς και επίσης γνώρισα αξιόλογους ανθρώπους με τις ίδιες αξίες, ώστε να έχουμε κοινό σημείο επικοινωνίας.”

ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:



Instagram

tfamilygr



πολλάάάά likes

connectfamilygr DARE TO KNOW | DARE TO ACT
| DARE TO CREATE | DARE TO CHANGE

#connectfamily #iasis #followus #community #team #skg
#alltogetherwecan #mentalhealth #goodvibes #volunteering

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ CONNECT FAMILY**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT FAMILY

**ΕΝΑΣ ΧΩΡΟΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ,
ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ
ΓΙΑ ΟΛΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ.**

Το Κέντρο Ημέρας για τη Στήριξη της Οικογένειας, «Connect Family», είναι ένας χώρος που φέρνει κοντά γονείς, παιδιά και το σύνολο της οικογένειας, προσφέροντας στήριξη, ενδυνάμωση και ευκαιρίες δημιουργίας.

Στόχος του είναι να ενισχύσει τους οικογενειακούς δεσμούς και να καλλιεργήσει υγιείς σχέσεις μέσα από δράσεις που συνδυάζουν την εκπαίδευση, το παιχνίδι, την τέχνη και την ψυχοκοινωνική υποστήριξη, δημιουργώντας ένα περιβάλλον αποδοχής και συνεργασίας όπου κάθε οικογένεια βρίσκει χώρο να εκφραστεί και να αναπτυχθεί.

Οι υπηρεσίες του «Connect Family» περιλαμβάνουν ψυχοκοινωνική υποστήριξη, συμβουλευτική γονέων, εκπαιδευτικά και καλλιτεχνικά προγράμματα, δημιουργικές δραστηριότητες και εργαστήρια, καθώς και δράσεις αγωγής κοινότητας. Μέσα από αυτές, επιδιώκουμε να ενισχύσουμε τις δεξιότητες επικοινωνίας, να προάγουμε την αλληλεγγύη και να στηρίξουμε μια πιο ισορροπημένη οικογενειακή και κοινωνική ζωή.

Οι εθελοντές στο «Connect Family» δεν είναι απλώς υποστηρικτές· είναι συνταξιδιώτες σε μια κοινή πορεία μάθησης και προσφοράς. Με τη διάθεση και τη συμμετοχή τους συμβάλλουν στη ζωντάνια των δράσεων, εμπλουτίζουν την εμπειρία των οικογενειών και ταυτόχρονα αποκτούν δεξιότητες και βιώματα που τους συνοδεύουν και έξω από το Κέντρο.

**CONNECT
FAMILY**

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ CONNECT FAMILY

- Συμμετέχουν σε εσωτερικές δράσεις στήριξης και δημιουργίας με στόχο:
 - την ενίσχυση του παιχνιδιού και της δημιουργικής έκφρασης των παιδιών
 - την ψυχοεκπαίδευση και την ενίσχυση της σχέσης γονέα-παιδιού
 - την ενδυνάμωση και την αυτοφροντίδα των γονέων και των οικογενειών
 - την καλλιέργεια δεξιοτήτων συνεργασίας και επικοινωνίας
 - την ψυχαγωγία και τη χαρά της κοινής εμπειρίας
- Συμμετέχουν σε εξωτερικές δράσεις, φεστιβάλ και παρεμβάσεις στην κοινότητα, φέρνοντας το έργο του Κέντρου πιο κοντά στην κοινωνία
- Συμβάλλουν στον συντονισμό και την υποστήριξη δράσεων, σε συνεργασία με την ομάδα του Κέντρου, ώστε κάθε πρόγραμμα να υλοποιείται με ροή και ποιότητα
- Αρθρογραφούν και στηρίζουν την επικοινωνία του Κέντρου, μοιράζονται ιδέες και εμπειρίες και ενισχύουν τη φωνή του «Connect Family» προς την κοινότητα
- Παίρνουν μέρος σε εκπαιδεύσεις, εποπτείες και συναντήσεις ενδυνάμωσης, ώστε να αναπτύσσουν διαρκώς τις δεξιότητές τους και να αποκομίζουν προσωπικά και επαγγελματικά οφέλη

Κυρίως, φέρνουν την προσωπικότητά τους, τις ιδέες τους και τη διάθεση για προσφορά, εμπλουτίζοντας με τη μοναδική τους συμβολή κάθε δράση του «Connect Family»



CONNECT פ' משפחה FAMILY



ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Βασίλης

“Ξεκίνησα ως εθελοντής καθώς με εκφράζει η προσφορά βοήθειας σε ανθρώπους. Ωστόσο στο Connect Family μου δόθηκαν ευκαιρίες ώστε να αξιοποιήσω τον χρόνο μου νιώθοντας την ευχάριστη αίσθηση της προσφοράς και επίσης γνώρισα αξιόλογους ανθρώπους με κοινές αξίες και αισθάνομαι γενικότερα ευγνώμων.”

● Γεωργία

“Τρία χρόνια εθελόντρια στο Connect Family και νιώθω σαν να απέκτησα μια δεύτερη οικογένεια. Μέσα από στιγμές με παιδιά και οικογένειες έμαθα πόση δύναμη κρύβεται στα μικρά πράγματα και πόσο αξίζει να μοιράζεσαι. Δεν είναι μόνο ότι προσφέρω· κάθε μέρα παίρνω πίσω χαμόγελα, αγάπη και μια αίσθηση ότι κάνω κάτι που έχει πραγματικά νόημα.”

● Δέσποινα

“Τα δύο χρόνια εθελοντικής προσφοράς στο connect family ήταν μια μοναδική εμπειρία για εμένα. Μου έδωσε τη δυνατότητα να συνδεθώ με ανθρώπους, να μοιραστώ χαμόγελα και να νιώσω τη δύναμη που έχει η αλληλεγγύη. Αυτό που σίγουρα μου έχει μείνει είναι το αίσθημα πληρότητας και αληθινής ανθρώπινης επαφής.”

● Μαρία

“Ξεκίνησα τον εθελοντισμό για να γεμίσω δημιουργικά το πρόγραμμά μου και γιατί μου αρέσουν οι νέες προκλήσεις. Σε όσες περισσότερες δράσεις συμμετείχα, τόσο ένιωθα και μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση με τον εαυτό μου! Έχω γνωρίσει υπέροχους ανθρώπους και έχω μάθει και κερδίσει ήδη πολύ όμορφες εμπειρίες! Ανακαλύπτω και εξελίσσω τις ικανότητες και τα ταλέντα μου, γι'αυτό αλλά και επειδή το απολαμβάνω με την ψυχή μου, θα συνεχίσω τον εθελοντισμό και θα τον προτείνω ανεπιφύλακτα και στους ανθρώπους γύρω μου!”

● Νίκος

“Τα χρόνια της εθελοντικής προσφοράς μου ήταν μια μοναδική εμπειρία. Μου έδωσε την δυνατότητα να αναπτύξω δεξιότητες, να γνωρίσω νέα άτομα και να μάθω πόσο σημασία έχουν τα μικρά πράγματα, παίρνοντας πίσω χαμόγελα και αγάπη.”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ IASIS AT WORK**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ IASIS | AT WORK

*ΕΝΑΣ ΧΩΡΟΣ ΓΙΑ ΝΑ ΕΚΦΡΑΣΤΕΙΣ,
ΝΑ ΑΝΑΠΤΥΧΘΕΙΣ ΚΑΙ ΝΑ ΝΙΩΣΕΙΣ
ΑΠΟΔΟΧΗ, ΜΕ ΑΥΤΕΝΕΡΓΕΙΑ,
ΣΕΒΑΣΜΟ ΚΑΙ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ*

Το Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Εργαζομένων & Ανέργων "IASIS | At Work" αποτελεί μια καινοτόμα πρωτοβουλία σε πανευρωπαϊκό επίπεδο.

Στόχος του είναι η προαγωγή της ψυχικής υγείας στον χώρο εργασίας και η ενδυνάμωση εργαζομένων και ανέργων, μέσα από ατομικές και ομαδικές ψυχοεκπαιδεύσεις βασισμένες στις αρχές της βιωματικής μάθησης και της εκπαίδευσης ενηλίκων.

Οι υπηρεσίες στοχεύουν

- στην καταπολέμηση της εργασιακής ανασφάλειας,
- στην επαγγελματική ανάπτυξη
- στην πρόληψη και αντιμετώπιση του εργασιακού στρες
- στην ανάπτυξη επαγγελματικής ανθεκτικότητας και προσαρμοστικότητας

Σε αυτό το πλαίσιο, οι εθελοντές μέσα από την συμμετοχή τους αποκτούν πολύτιμα εφόδια που τους ωφελούν τόσο προσωπικά όσο και επαγγελματικά.

Με την ενεργή τους παρουσία συμβάλλουν ουσιαστικά στην υποστήριξη των αποδεκτών των δράσεων, στην ενδυνάμωση της κοινότητας και στην καταπολέμηση του στίγματος γύρω από την ψυχική υγεία στην εργασία.

iasis
at work

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ IASIS AT WORK

Σχεδιάζει και υλοποιεί ομάδες & workshops ενδυνάμωσης

- Διαμόρφωση και συντονισμός δραστηριοτήτων ενδυνάμωσης για εργαζομένους και ανέργους, βασισμένες στις βιωματικές μεθόδους μάθησης με έμφαση την ψυχική υγεία και την προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη

Συμμετοχή σε εκπαιδεύσεις ενηλίκων

- Υποστήριξη εκπαιδεύσεων σε οργανισμούς, εταιρείες και νοσοκομεία, με εστίαση στους βασικούς πυλώνες του Κέντρου Ημέρας

Διοργάνωση ή συμμετοχή σε εκδηλώσεις

- Από ημερίδες και street events μέχρι webinars και φεστιβάλ, φέρνει τη φωνή του Κέντρου στην κοινότητα, προάγοντας την ψυχική υγεία και την κοινωνική συμμετοχή

Εμπλοκή με τα Social media και Αρθρογραφία

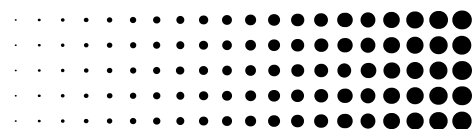
- Υποστηρίζει τη διαδικτυακή παρουσία του Κέντρου, μοιράζεται τις ιδέες και τους προβληματισμούς του και φέρνει τη δράση του πιο κοντά στην κοινότητα

Γνωριμία με τα ευρωπαϊκά προγράμματα

- Μαθαίνει πώς λειτουργούν ευρωπαϊκά ερευνητικά προγράμματα και αναπτύσσει δεξιότητες επικοινωνίας και επαγγελματικής δικτύωσης σε ευρωπαϊκό επίπεδο

Είσαι ο εαυτός σου!

- Εδώ όλες οι ιδέες μπορούν να ακουστούν, η φωνή τους έχει αξία και η δράση τους κάνει τη διαφορά!





asis | at work



ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Σοφία

“...βίωσα την ικανοποίηση που γεννά η αίσθηση ότι κάνεις κάτι που κάτι προσφέρει στον άλλο... ένιωσα αυτές τις στιγμές πληρότητας ανακατεμένης με υπερηφάνεια... είχα την ευκαιρία να βρεθώ μαζί με άλλους ωφελομένους, να ανταλλάξουμε σκέψεις και συναισθήματα και να μάθουμε ο ένας απο τον άλλον.”

● Γεωργία

“Η επαφή μου με όλες τις ομάδες αλλά και τις εκπαιδεύσεις των εθελοντών είναι από τα πιο ωφέλιμα πράγματα που έχω στη ζωή μου. Με προικίζουν ως άνθρωπο και ως ψυχολόγο. Είμαι ευγνώμων για την ευκαιρία που μου δόθηκε να συντονίσω κι εγώ μια δική μου ομάδα, αλλά και για τη βοήθεια και την κινητοποίηση που είχα.”

● Δέσποινα

“Η εμπειρία μου στο IASIS | At Work ήταν πραγματικά πολύτιμη. Στην ομάδα μου, κάθε εβδομάδα χτίζαμε μαζί κάτι καινούριο με εμπιστοσύνη, ακόμα και με όσους συνήθως δυσκολεύονταν να ανοιχτούν. Είναι απίστευτο πώς, ακόμη και μικρές στιγμές σύνδεσης, μπορούν να φέρουν μεγάλη αλλαγή και δύναμη σε αυτούς τους ανθρώπους.”

● Ηλιάνα

“Ο εθελοντισμός μου ως ψυχολόγος στο IASIS At Work αποτέλεσε μια εμπειρία βαθιάς προσωπικής εξέλιξης... Ενίσχυσα τις δεξιότητές μου στον συντονισμό, την επικοινωνία, την συνεργασία και την ψυχοεκπαίδευση, μπόρεσα να εκφραστώ δημόσια πάνω σε σημαντικά θέματα, και διευρύνθηκε το επαγγελματικό μου βλέμμα. Παράλληλα, η συνεργασία με νέους συναδέλφους δημιούργησε πολύτιμες ευκαιρίες ανταλλαγής γνώσεων και δικτύωσης.”

● Σία

“Τι να πρωτοπω για το Iasis at Work. Η συμμετοχή μου στο Iasis At Work, μου προσφέρει κυρίως προσωπική ευχαρίστηση, όχι μόνο επειδή συνδράμω στο όλο εγχείρημα, αλλά επειδή η ομάδα λειτουργεί με πολύ καλή διάθεση και αγάπη για αυτό που φέρνει εις πέρας... Έχω αποκομίσει πολλά και μόνο θετικά συναισθήματα έως τώρα από τη συνεισφορά μου στο Iasis At work , χαίρομαι ιδιαίτερος που αποτελώ ένα κομμάτι του.”

● Μάνια

“Ως εθελόντρια στο IASIS At Work εξελίχθηκα τόσο προσωπικά όσο και επαγγελματικά...Γνώρισα αξιόλογους ανθρώπους και επαγγελματίες και συνδύασα τον εθελοντισμό με την γνώση και την διασκέδαση!”

● Γιάννης

“... Ακόνισα δεξιότητες, συνδέθηκα, μοιράστηκα, ένιωσα μέλος μιας ομάδας που όλο και μεγάλωνε και συνεχίζει να αναπτύσσεται και θέλω να πιστεύω κι εγώ μαζί. Στα καλύτερα που έρχονται!”

**ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:**



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

ΝΤΙΣΜΟΣ

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ CONNECT INN**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT INN

*ΜΕ ΤΟΥΣ ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ
ΜΑΣ, Η ΔΡΑΣΗ ΜΑΣ ΓΙΝΕΤΑΙ ΠΙΟ
ΔΥΝΑΤΗ ΚΑΙ ΖΩΝΤΑΝΗ, ΠΙΟ
ΟΥΣΙΑΣΤΙΚΗ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΕΦΗΒΟ ΠΟΥ
ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΣΤΗΡΙΞΗ.*

Στο CONNECT INN, παρέχουμε μία πλήρη σειρά υπηρεσιών ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης, θεραπευτικών, εκπαιδευτικών, ενημερωτικών και ψυχαγωγικών δράσεων ανταποκρινόμενες στις ανάγκες του νέου και του οικείου περιβάλλοντός του.

Στόχοι:

Ο ξενώνας προσφέρει εξατομικευμένη φροντίδα με στόχο τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ωφελουμένων. Μέσα από καθημερινές ατομικές και ομαδικές δραστηριότητες θεραπευτικού, παιδαγωγικού και ψυχαγωγικού χαρακτήρα, παρέχονται θεραπευτικές και συμβουλευτικές υπηρεσίες σε ένα πλαίσιο ολιστικής προσέγγισης, που στηρίζει τη σωματική και ψυχική υγεία. Παράλληλα, μέσα από εκπαιδευτικές δράσεις ενισχύεται η νοητική και προσωπική ανάπτυξη, ενώ δίνεται έμφαση στην ψυχοκοινωνική εξέλιξη και την προετοιμασία των εφήβων για μια πιο αυτόνομη και δημιουργική ενήλικη ζωή.

**CONNECT
INN**

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ CONNECT INN

- Ο εθελοντής συμμετέχει ενεργά σε ομάδες ψυχοεκπαίδευσης που διοργανώνονται στον ξενώνα, με στόχο την ενίσχυση των κοινωνικών δεξιοτήτων και της συναισθηματικής αποφόρτισης των εφήβων.
- Επιπλέον, συμμετέχει σε διάφορες ψυχαγωγικές δραστηριότητες, ενώ παράλληλα του παρέχεται η δυνατότητα να αναλάβει τον ρόλο του συντονιστή, διοργανώνοντας και καθοδηγώντας δικές του ομάδες υπό εποπτεία. Ο εθελοντής παρακολουθεί επίσης προγράμματα δια βίου μάθησης, προκειμένου να διευρύνει τις γνώσεις του σχετικά με την ψυχική υγεία.
- Ιδιαίτερη σημασία δίνεται και στη συμμετοχή του σε δράσεις που απευθύνονται στην κοινότητα, συμβάλλοντας στην ενίσχυση της κοινωνικής συνοχής και της ενεργού συμμετοχής.
- Ο εθελοντής δεν επιτρέπεται να αναλαμβάνει ατομικές συνεδρίες ή θεραπείες με τους ωφελούμενους, ούτε να αποκτά προσωπικές ή φιλικές σχέσεις μαζί τους. Επιπλέον, δεν συμμετέχει σε ατομικές θεραπευτικές διαδικασίες ή συνεδρίες ψυχολογικής υποστήριξης και δεν παρεμβαίνει σε θέματα που αφορούν αποκλειστικά την προσωπική ή κλινική διαχείριση των ωφελούμενων.





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Μαρία

“Στο πλαίσιο της πρακτικής μου στον Ξενώνα εφήβων συμμετείχα σε δραστηριότητες που στόχευαν στην ενδυνάμωση των κοινωνικών δεξιοτήτων. Μέσα από παιχνίδια ρόλων, συζητήσεις και ομαδικές ασκήσεις τα παιδιά μάθαιναν να συνεργάζονται, να διαχειρίζονται τις συγκρούσεις και να εκφράζουν πιο ανοιχτά τις σκέψεις τους. Ένωσα ότι συμβάλλω έστω και λίγο στο να αποκτήσουν εργαλεία που θα τους βοηθήσουν στην καθημερινή τους ζωή. Ήταν μια εμπειρία γεμάτη νόημα και αλληλεπίδραση.”

● Βασίλης

“Η εμπειρία μου στον Ξενώνα εφήβων ήταν μοναδική. Μέσα από τα θεατρικά εργαστήρια που υλοποιήσαμε, τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να εκφραστούν, να συνεργαστούν και να δημιουργήσουν ιστορίες που μιλούσαν για τα όνειρα και τις ανησυχίες τους. Το πιο συγκινητικό για μένα ήταν να βλέπω πώς μέσα από την τέχνη τολμούσαν να δείξουν κομμάτια του εαυτού τους που συνήθως κρατούν κρυφά. Έφυγα με την αίσθηση ότι πήρα πολύ περισσότερα απ’ όσα πρόσφερα.”

● Ευγενία

“Ως εθελοντής στο θεατρικό κομμάτι, με συγκίνησε η δύναμη που έχει η σκηνή να ενώνει. Τα παιδιά, ακόμα κι εκείνα που αρχικά ήταν διστακτικά, στο τέλος ανέβηκαν με θάρρος και παρουσίασαν αυτοσχέδιες μικρές παραστάσεις. Το θέατρο έγινε γέφυρα επικοινωνίας, τρόπος να βγουν από την καθημερινότητα και να ανακαλύψουν νέες πτυχές του εαυτού τους. Για μένα ήταν τιμή που μπόρεσα να σταθώ δίπλα τους σε αυτή τη δημιουργική διαδρομή.”

ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:



**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α.
“CONNECT SUPPORT”**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. “CONNECT SUPPORT”

**Ο ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΔΙΝΕΙ ΔΥΝΑΜΗ
ΣΤΟ ΕΡΓΟ ΜΑΣ ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙ
ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ
ΣΥΝΔΕΣΗΣ, ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΚΑΙ
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ
ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΤΟΥ ΟΙΚΟΤΡΟΦΕΙΟΥ.**

- Το Οικοτροφείο Α7 είναι μία Μονάδα Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης για ενήλικα άτομα με Ψυχικές Διαταραχές επαυξημένης φροντίδας. Στόχος της Στεγαστικής Δομής είναι η Κοινωνική Επανάταξη, η Αποτίναξη του Κοινωνικού Στίγματος, Η Ενδυνάμωση Κοινωνικών Δεξιοτήτων και η Προετοιμασία για Ημί-Αυτόνομη Διαβίωση.
- Η θεραπευτική ομάδα της ΜΨΑ απαρτίζεται από Ψυχίατρο, Ειδικό Παθολόγο, Ψυχολόγο, Κοινωνικό Λειτουργό, Ειδικό Παιδαγωγό, Νοσηλευτές, Φροντιστές. **Η Θεραπευτική ομάδα προσφέρει Συμβουλευτικές συνεδρίες και Ψυχοθεραπεία, ομαδικές δραστηριότητες ψυχοεκπαίδευσης, άθλησης, εκπαίδευσης, ψυχαγωγίας κ.α.**

**CONNECT
SUPPORT**

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΗΝ Μ.Ψ.Α. “CONNECT SUPPORT”

- Οι εθελοντές μπορούν να συμμετέχουν στις ψυχοκοινωνικές ομάδες της θεραπευτικής ομάδας της ΜΨΑ ως συμπληρωματικό μέλος και υποστήριξη των επαγγελματιών ψυχικής υγείας
- Μπορούν να πραγματοποιήσουν και δικές τους ομάδες, στις οποίες θα είναι οι ίδιοι συντονιστές. Αυτές οι ομάδες μπορεί να είναι ψυχοκοινωνικού περιεχομένου, εκπαιδευτικού, ψυχαγωγίας ή οτιδήποτε άλλο ανάλογα με τα ενδιαφέροντα και τις δεξιότητες του εθελοντή
- Επίσης, μία ακόμη αρμοδιότητα και σημαντική συνεισφορά είναι η συμμετοχή τους σε εξωτερικές δράσεις προς την Κοινότητα ως μέλος της ομάδας, οι οποίες αποσκοπούν στην κοινωνική συνοχή και στην ευαισθητοποίηση του κόσμου
- Οι εθελοντές ταυτόχρονα έχουν την δυνατότητα να παρακολουθήσουν σεμινάρια και εκπαιδεύσεις από επαγγελματίες ψυχικής υγείας ώστε να διευρύνουν τις γνώσεις τους και να αναπτύξουν τις δεξιότητες τους





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Ευγενία

“Η εμπειρία μου ως εθελόντρια στο CONNECT SUPPORT, ως Κοινωνικός Λειτουργός αλλά και ως απλός παρατηρητής, μου έδωσε αρκετή τροφή για σκέψη, καθώς γνώρισα από κοντά την καθημερινότητα ενός ατόμου μέσα σε ένα Οικοτροφείο και είχα την ευκαιρία της αλληλεπίδρασης μαζί τους.”

● Φόρης

“Είμαι πολύ χαρούμενος που προσφέρω τις υπηρεσίες μου ως κουρέας στα παιδιά. Πλέον έχουμε αναπτύξει μία οικεία σχέση καθώς το ραντεβού μας είναι σταθερό. Νιώθω γεμάτος με την προσφορά μου και την χαρά που βλέπω στα πρόσωπα των παιδιών όταν με βλέπουν.”

● Βασίλης

“ Η εμπειρία μου στο CONNECT SUPPORT ήταν και συνεχίζει να είναι ξεχωριστή για εμένα. Νιώθω ένα συναίσθημα πληρότητας μόλις αντικρίζω τα πρόσωπα των ωφελομένων να με περιμένουν με ανυπομονησία να τους παίξω την μουσική μου.”

ΓΙΝΕ
ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ:



ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT IONIAN

**ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ
ΣΤΟ CONNECT IONIAN**

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ CONNECT IONIAN

**ΟΙ ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ ΦΩΤΙΖΟΥΝ ΤΗ
ΔΡΑΣΗ ΜΑΣ, ΠΡΟΣΦΕΡΟΝΤΑΣ
ΔΥΝΑΜΗ ΚΑΙ ΕΛΠΙΔΑ ΣΕ ΚΑΘΕ
ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟ.**

Η Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων, Connect Ionian, λειτουργεί από τον Μάιο του 2024 και δραστηριοποιείται στους νομούς Λευκάδας και Πρέβεζας. Η Μονάδα στοχεύει στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού και ασφαλούς περιβάλλοντος, όπου παιδιά, νέοι και οικογένειες ενθαρρύνονται να αναπτύξουν ικανότητες και δεξιότητες που ενισχύουν την ολοκληρωμένη προσωπική και κοινωνική τους ανάπτυξη.

Το Connect Ionian έχει τους εξής άξονες δράσης:
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη:

Η επιστημονική ομάδα του Connect Ionian, αποτελούμενη από ψυχολόγο, λογοθεραπευτή και κοινωνικό λειτουργό, παρέχει εξατομικευμένη και ομαδική υποστήριξη σε παιδιά, εφήβους και οικογένειες.

Βιωματικές Δράσεις & Εργαστήρια:

Η Μονάδα οργανώνει ποικίλες δραστηριότητες με στόχο την ολόπλευρη ανάπτυξη, όπως:

- Εργαστήρια τέχνης και δημιουργικής έκφρασης
- Δράσεις αθλητισμού και ομαδικών παιχνιδιών
- Περιβαλλοντικά προγράμματα
- Δράσεις ψυχαγωγίας και κοινωνικής ενδυνάμωσης

Ενημέρωση & Ευαισθητοποίηση της Κοινότητας:

Η Μονάδα υλοποιεί δράσεις πρόληψης, εκστρατείες ενημέρωσης και συνεργασίες με σχολεία, τοπικούς φορείς και συλλόγους, προάγοντας την κοινωνική συνοχή και ενισχύοντας μια κοινωνία, χωρίς διακρίσεις και κοινωνικό αποκλεισμό.

**CONNECT
IONIAN**

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΣΤΟ CONNECT IONIAN

Ο εθελοντισμός στην Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων, Connect Ionian αποτελεί σημαντική πράξη κοινωνικής προσφοράς και στήριξης της νέας γενιάς. Οι εθελοντές μας συμμετέχουν ενεργά σε δράσεις που προάγουν την ψυχική υγεία, την εκπαίδευση, τη δημιουργικότητα και την κοινωνική ενδυνάμωση παιδιών και εφήβων, πάντα μέσα σε ένα οργανωμένο και υποστηρικτικό πλαίσιο. Με σεβασμό στις ανάγκες και τις δυνατότητες κάθε παιδιού ή εφήβου και σε στενή συνεργασία με το εξειδικευμένο προσωπικό, συμβάλλουν ουσιαστικά στη βελτίωση της καθημερινότητας και της ποιότητας ζωής τόσο των ίδιων όσο και των οικογενειών τους.

Οι δράσεις στις οποίες μπορούν να εμπλακούν περιλαμβάνουν:

- Συμμετοχή σε δράσεις της κοινότητας με οργανωτικό και εμπνευστικό ρόλο
- Ενεργός συμμετοχή σε οριζόντιες δράσεις του φορέα, με ευκαιρίες συνεργασίας και αλληλεπίδρασης με άλλους εθελοντές
- Δράσεις δρόμου (street events) και ενημερωτικά περίπτερα
- Εμπλοκή σε προγράμματα δια βίου μάθησης και κατανόησης θεμάτων ψυχικής υγείας, με κύρια αρμοδιότητα την υποστήριξη επαγγελματιών ή/και ωφελούμενων
- Υποστήριξη ομάδων που πραγματοποιούνται στο πλαίσιο των δράσεων της Κινητής Μονάδας, όπως βιωματικές ομάδες εκπαίδευσης, ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης
- Συντονισμός και συμμετοχή σε δημιουργικές δραστηριότητες με στόχο την ενίσχυση της συναισθηματικής έκφρασης και των κοινωνικών δεξιοτήτων παιδιών και εφήβων
- Συμμετοχή σε εκπαιδευτικά προγράμματα σε σχολικές μονάδες, με σκοπό την προαγωγή της ψυχικής υγείας και την ενίσχυση της γνώσης γύρω από κρίσιμα θέματα συμπερίληψης
- Αρθρογραφία και δημιουργία ενημερωτικού περιεχομένου για την ιστοσελίδα του φορέα και τα social media του Connect Ionian





ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ & ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ

● Διονυσία

“Η δράση μου στο Connect Ionian με έκανε να συνειδητοποιήσω πόσο σημαντική είναι η αλληλεγγύη, η συνεργασία και η ουσιαστική προσφορά. Τελικά, νιώθω ότι έχω κερδίσει πολύ περισσότερα απ’ όσα περίμενα.”

● Κασσιανή

“Ξεκίνησα ως εθελόντρια στο Connect Ionian γιατί με γεμίζει χαρά να προσφέρω σε ανθρώπους που το έχουν ανάγκη. Μέχρι τώρα γνώρισα υπέροχους ανθρώπους, μοιράστηκα στιγμές συνεργασίας και απέκτησα εμπειρίες και γνώσεις που με διαμόρφωσαν. Κάθε δράση ήταν ένα μάθημα ζωής που θα θυμάμαι πάντα.”

● Ζωή

“Μέσα από τον εθελοντισμό στο Connect Ionian είχα την ευκαιρία να βιώσω στην πράξη την αξία της προσφοράς και της αλληλεγγύης. Συνειδητοποίησα πως η παρουσία, η κατανόηση και η διάθεση να στηρίξεις μπορούν να χαρίσουν δύναμη και ελπίδα σε όσους τη χρειάζονται.”

● Θοδωρής

“Συμμετέχοντας στο Connect Ionian γνώρισα νέους ανθρώπους, μοιράστηκα ιδέες, απέκτησα πολύτιμες γνώσεις και ένιωσα τη χαρά της συνεργασίας και της προσφοράς. Είναι μια εμπειρία που με γεμίζει ενέργεια και μου δίνει κίνητρο να εξελίσσομαι καθημερινά, τόσο ως εθελοντής όσο και ως άνθρωπος!”

*"Αν όλοι οι άνθρωποι
βοηθούσαν ο ένας
τον άλλον, δεν θα
υπήρχε κανένας που
να χρειάζεται
βοήθεια"*

– Dr. Seuss

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

ΜΙΑ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΒΑΘΙΑΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΣΗΜΑΣΙΑΣ

iasis

www.iasismed.eu

volunteers@iasismed.eu

