

Πρόγραμμα

Be the light

Υλοποιείται με την ευγενική υποστήριξη



Η Ανέλιξη



Η Ανέλιξη

Η Ανέλιξη είναι ένα **Μη Κερδοσκοπικό Σωματείο** που ερευνά, σχεδιάζει, εξελίσσει και υλοποιεί στοχευμένα προγράμματα παρέμβασης και εμπύχωσης, με σκοπό τη **βελτίωση της ψυχικής υγείας παιδιών, εφήβων και ενηλίκων.**

Η Ανέλιξη σε αριθμούς

3.500

Ενεργοί εθελοντές

Στηρίζουν καθημερινά το έργο της Ανέλιξης.

180+

Εκπαιδευτικές ομιλίες

Τον χρόνο σε περισσότερα από 100 σχολεία, συλλόγους και ιδρύματα

18

Έργα υποδομής

σε δομές και ιδρύματα που σχετίζονται με παιδιά

240

Επιστήμονες

Αποτελούν την μεγαλύτερη ομάδα εθελοντών ψυχολόγων στη χώρα.

50

Ερευνητικά προγράμματα

Σε εξέλιξη με στόχο την προαγωγή του στρατηγικού σχεδιασμού κοινωνικής πολιτικής και αναβάθμισης του δείκτη ψυχικής υγείας

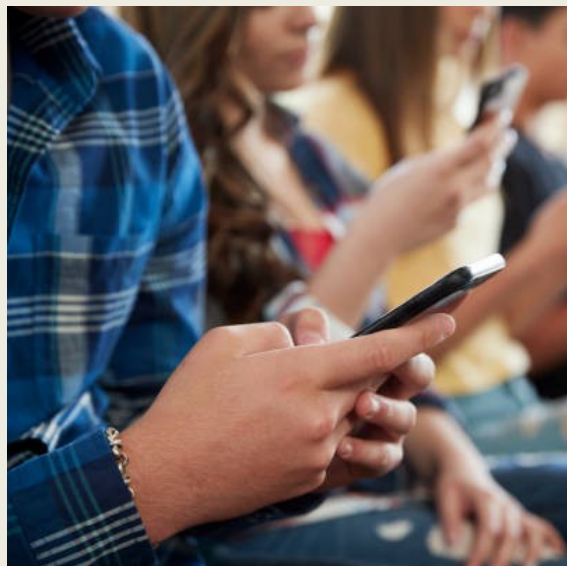
22

Χρόνια

Υποστηρίζουμε την ανάπτυξη και εξέλιξη παιδιών, εφήβων και ενηλίκων

Το πρόγραμμα

Be the light



Οι έφηβοι σήμερα αντιμετωπίζουν

01

Αβεβαιότητα για
το μέλλον

02

Αύξηση της βίας

03

Έλλειμμα στις
εκτελεστικές τους
δεξιότητες

04

Δυσπιστία στο
εκπαιδευτικό σύστημα
και εξάρτηση από
εφαρμογές και AI



Με το **87%** να αναφέρει **ήπιες έως
σοβαρές ψυχικές δυσκολίες** και

το **100%** αυτών να εμφανίζει
ψυχοσωματικές αντιδράσεις.

Ταυτόχρονα, οι γονείς...

01

Ανησυχούν χωρίς να καλλιεργούν συστημική ανθεκτικότητα

02

Βιώνουν ψυχική εξουθένωση

03

Αντιμετωπίζουν δυσκολία στην εφαρμογή ορίων και στη θέσπιση ρουτινών

04

Έχουν έλλειψη ενημέρωσης και γνώσεων για τον κόσμο που μεγαλώνουν τα παιδιά



Το πρόγραμμα έρχεται να ενδυναμώσει:



τους γονείς
παρέχοντας
υποστήριξη στον
απαιτητικό ρόλο
της γονεϊκότητας.



τους εφήβους
προετοιμάζοντάς τους για
τις συνεχώς
μεταβαλλόμενες
εκπαιδευτικές και
επαγγελματικές
προκλήσεις.

για να γίνουν ανθεκτικοί, με θετικό όραμα, στόχους και ικανότητες να αναλάβουν την προσωπική τους ευθύνη

Με αφετηρία ότι

κάθε άνθρωπος μπορεί να γίνει **φως**
για τον εαυτό του και για την κοινότητα
γύρω του.

Και όραμα

την καλλιέργεια **ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ**
ΕΚΠΑΙΔΕΥΜΕΝΩΝ ΚΑΙ
ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΜΕΝΩΝ στην ψυχική υγεία,
και την παροχή ενδυνάμωσης σε τοπικό
επίπεδο.

Ποιοι είναι οι στόχοι του;

01

Ανάπτυξη **ήθους, αυτογνωσίας, ανθεκτικότητας, ομαδικότητας και προσωπικής ευθύνης**

02

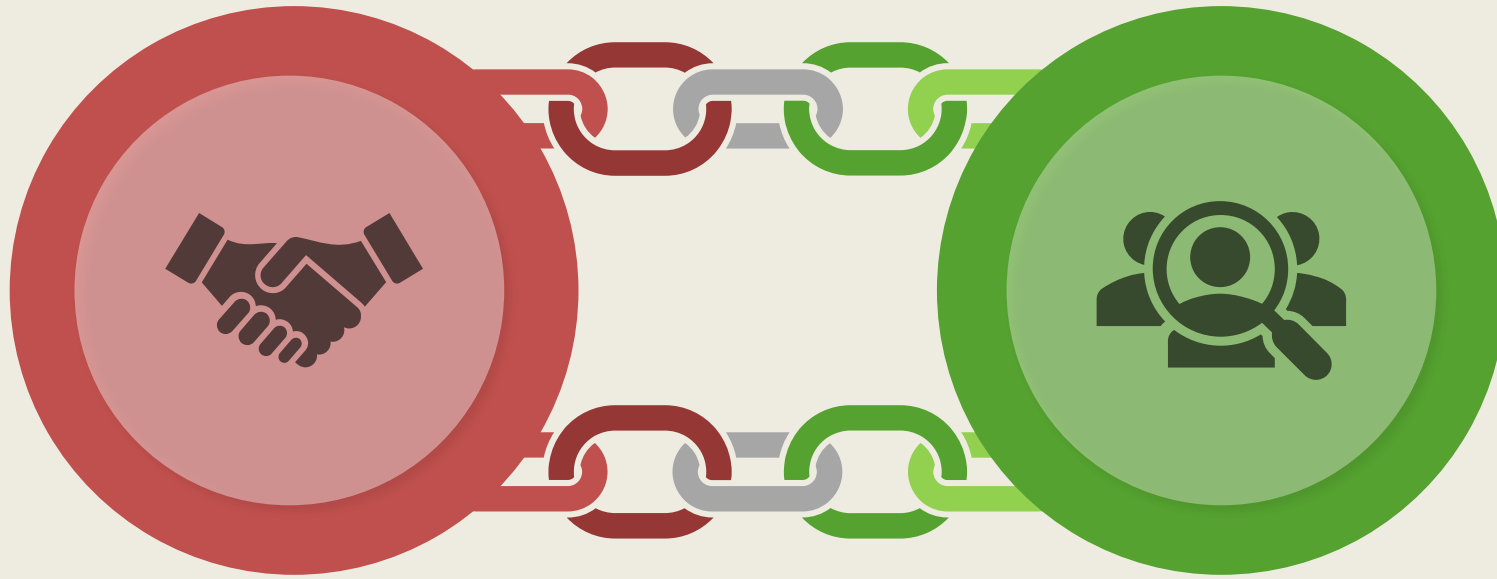
Καλλιέργεια **σύγχρονων τεχνικών δεξιοτήτων**

03

Παροχή **ανθρωποκεντρικού mentoring και επαφή με σύγχρονα επιστημονικά πεδία και επαγγελματικά περιβάλλοντα**



Πώς υλοποιείται το πρόγραμμα;



Σχολή Γονέων

**Ακαδημαϊκός &
Επαγγελματικός
Προσανατολισμός Εφήβων**

Δομή διακυβέρνησης



01

Εποπτεύεται
από εξαμελή
Διεπιστημονική
Επιτροπή



02

Φιλοξενείται
από Δήμους
που
υπογράφουν
Σύμφωνο
Συνεργασίας



03

Υλοποιείται
από εθελοντές
της Ανέλιξης
και της Καυκάς

Το αποτύπωμα του προγράμματος μέχρι σήμερα

250

Έφηβοι

370

Γονείς

100

Mentors

Βελτίωση των δεικτών ψυχικής υγείας των εφήβων

Πριν το πρόγραμμα

87% ανέφερε ήπιες έως σοβαρές ψυχικές δυσκολίες.

Μετά το πρόγραμμα

Το ποσοστό μειώθηκε στο **62%** με όλους τους συμμετέχοντες να αναγνωρίζουν θετική επίδραση του προγράμματος.

Θερμές ευχαριστίες

Στον υποστηρικτή του
προγράμματος:



Στους δήμους:

- Δήμος Λαυρεωτικής
- Δήμος Μαρκοπούλου
- Δήμος Παιανίας
- Δήμος Σπάτων – Αρτέμιδας

Ευχαριστούμε
