

MINDFIT: Ένα καινοτόμο έργο της ΕΕ που επικεντρώνεται στην ενίσχυση της ψυχικής υγείας παιδιών και νεαρών αθλητών!

Το MINDFIT είναι ένα έργο που χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα CERV (Πολίτες, Ισότητα, Δικαιώματα και Αξίες), το οποίο λειτουργεί από τον Μάιο του 2025. Με τίτλο “Ενισχύοντας την ψυχική ανθεκτικότητα των παιδιών” (Empowering Minds: Enhancing Children’s Mental Fitness), το έργο στοχεύει στην αντιμετώπιση των μοναδικών προκλήσεων που αντιμετωπίζουν τα παιδιά και ιδιαίτερα οι νεαροί αθλητές, σε αυτόν τον κρίσιμο τομέα. Στόχος του είναι να παρέχει συστάσεις για πολιτικές που διασφαλίζουν την ψυχική υγεία και την ανθεκτικότητα των παιδιών, προστατεύοντας και προωθώντας τα δικαιώματά τους.

Δράσεις του έργου!

Όλοι οι εταίροι δημιούργησαν εθνικά τοπικά φόρουμ στην Κύπρο, την Ελλάδα και την Ιταλία. Αυτά τα φόρουμ έφεραν σε επαφή παιδιά και νεαρούς αθλητές (κύρια ομάδα - στόχος), καθώς και βασικά ενδιαφερόμενα μέρη, συμπεριλαμβανομένων γονέων, προπονητών, δασκάλων και άλλων επαγγελματιών που εργάζονται με ανηλίκους (δευτερεύουσα ομάδα-στόχος), με στόχο την καταγραφή ποικίλων προοπτικών σχετικά με την ψυχική υγεία σε αθλητικά περιβάλλοντα νέων. Συνολικά, έλαβαν μέρος 160 συμμετέχοντες, υπερβαίνοντας τον αρχικό στόχο. Η αναφορά του MINDFIT σχετικά με τη Χαρτογράφηση, τις Ανάγκες και Προσδοκίες του έργου είναι διαθέσιμες ηλεκτρονικά, στα Αγγλικά, εδώ <https://mind-fit.co/deliverables/>.

Μετά την ολοκλήρωση των ομάδων εστίασης, ανέλυσαν τα δεδομένα σε εθνικό επίπεδο και συνέταξαν αναφορές ανά χώρα που συνοψίζουν τα βασικά ευρήματα, τις ανάγκες και τις προσδοκίες. Αργότερα, διεξήγαγαν μια συστηματική ανασκόπηση και προσδιορισμό επικυρωμένων εργαλείων ελέγχου και αξιολόγησης για την υποστήριξη της έγκαιρης ανίχνευσης των αναγκών ψυχικής υγείας σε παιδιά και νεαρούς αθλητές. Το CYENS από την Κύπρο σχεδίασε μια δομημένη σειρά εκπαιδευτικού περιεχομένου που βασίζεται στη σύγχρονη αθλητική ψυχολογία και την αναπτυξιακή επιστήμη. Το υλικό στοχεύει στην ενίσχυση της ψυχικής υγείας, της συναισθηματικής ευεξίας και της ανθεκτικότητας σε παιδιά και νεαρούς αθλητές, ενώ παράλληλα εξοπλίζει τους γονείς και τους προπονητές με πρακτικές γνώσεις και εφαρμοσμένες δεξιότητες για την αποτελεσματική υποστήριξή τους.



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 101190133



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Το έργο σήμερα!

Στο παρόν στάδιο το περιεχόμενο της εφαρμογής για κινητά αναπτύσσεται και αυτή τη στιγμή ενσωματώνεται στην εφαρμογή Android. Τα αναπτυσσόμενα υλικά αποτέλεσαν μια σταθερή βάση για την ενσωμάτωσή τους στην εφαρμογή MINDFIT και την περαιτέρω χρήση τους σε εκπαιδευτικά και αθλητικά περιβάλλοντα. Αυτή η εφαρμογή πρόκειται να βοηθήσει τους νεαρούς αθλητές, ηλικίας 8 έως 18 ετών, να εξασκήσουν τεχνικές πνευματικής φυσικής κατάστασης και να παρακολουθούν την ευημερία τους μέσω ασκήσεων παιχνιδιών. Παράλληλα με αυτό το ψηφιακό εργαλείο, το έργο θα κυκλοφορήσει εξειδικευμένο εκπαιδευτικό υλικό και πρωτόκολλα ψυχοκοινωνικού ελέγχου για να βοηθήσει τους προπονητές, τους εκπαιδευτικούς και τις οικογένειες στον εντοπισμό και την υποστήριξη των αναγκών ψυχικής υγείας των παιδιών. Η εφαρμογή θα υποβληθεί σε αυστηρό έλεγχο μόλις ολοκληρωθεί η προκαταρκτική ανάπτυξη. Η εφαρμογή είναι προς το παρόν διαθέσιμη στα αγγλικά και θα προσαρμοστεί στις μητρικές γλώσσες των εταίρων του έργου για να διασφαλιστεί ευρύτερη προσβασιμότητα και χρηστικότητα μεταξύ των ομάδων-στόχων.



Σύντομα, το έργο θα ξεκινήσει μια σειρά podcast "MINDFIT Talks" για να εμπλακεί στην ευρύτερη κοινότητα. Η εκστρατεία ευαισθητοποίησης MINDFIT εστιάζει στην προώθηση της ψυχικής ευεξίας και ανθεκτικότητας μεταξύ των νεαρών αθλητών, συμβάλλοντας επίσης στη μείωση του στίγματος ψυχικής υγείας στον αθλητισμό και στην προώθηση μιας υποστηρικτικής, χωρίς αποκλεισμούς αθλητική κουλτούρα ανεξαρτήτως φύλου.

Επίσης, ο εντοπισμός και η δέσμευση βασικών επιρροών και εξέχων προσωπικοτήτων στην αθλητική κοινότητα για να υπηρετήσουν ως πρεσβευτές της MINDFIT βρίσκεται σε εξέλιξη. Ο στόχος είναι η συμμετοχή ατόμων που είναι αφοσιωμένα στην ψυχική υγεία των νέων και που μπορούν να χρησιμοποιήσουν την προβολή και τα δίκτυά τους για να προωθήσουν τους στόχους του έργου, να αυξήσουν την ευαισθητοποίηση και να ενισχύσουν τις δραστηριότητες προβολής.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα: <https://mind-fit.co/>

Βρείτε μας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης:

Facebook: Mindfit project

Instagram: mindfit_project

LinkedIn: MINDFIT EU project

Επικοινωνήστε με: info@inquirium.eu



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 101190133



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ