



ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΖΩΗΣ

Μικρά βήματα,
μεγάλη
διαφορά!

Ένας χώρος

για σένα.

Στήριξη σήμερα,
για ένα πιο δυνατό αύριο!

Το ΕΠΙΔΡΑΣΗ Ζωής προσφέρει ένα ατομικό πρόγραμμα υποστήριξης για έφηβους και νεαρούς ενήλικες, όπου κάθε συμμετέχοντας μπορεί να έχει ένα ασφαλές χώρο για να εξερευνήσει όσα τον/την απασχολούν και τις διαπροσωπικές τους αξίες.

Μέσα από τις ατομικές συναντήσεις, οι νέοι μπορούν να:



Κατανοήσουν
καλύτερα
τον εαυτό τους.



Βελτιώσουν την
επικοινωνία τους.



Ανακαλύψουν τι
έχει σημασία
για τους ίδιους.



Να λάβουν μέρος
σε μία επιχορηγημένη
δραστηριότητα.

Ένας ασφαλής χώρος για μιλήσεις
να εξερευνήσεις και να προχωρήσεις.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε
με τον διαχειριστή του προγράμματος:

Χριστόδουλος Μονογιός

(τηλ. 99516898, epidrasi@uclancyprus.ac.cy).

Συντονίστρια Προγράμματος: Δρ. Βασιλική Χριστοδούλου

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την έγκριση και επιχορήγηση
του προγράμματος επικοινωνήστε με την κα. Έλενα Δημοσθένους
στην ΑΡΧΗ (τηλ. 22442975)



Ένα πρόγραμμα πρόληψης

Το ΕΠΙΔΡΑΣΗ επικεντρώνεται στην
ενίσχυση προστατευτικών παραγόντων,
προσφέροντας στους νέους τα εφόδια
που χρειάζονται για μια πιο υγιή
και ισορροπημένη πορεία.

Εσύ
έχεις αξία!



inspire
Interdisciplinary Science Promotion
& Innovative Research Exploration

ΜΕΣΟΓΕΙΟΣ



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΟΜΑΔΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕπίΔΡΑΣΗ Ζωής

Νέα σχολική χρονιά.

Νέες εμπειρίες.

Περισσότερες δυνατότητες!



Το ΕπίΔΡΑΣΗ Ζωής προσφέρει ένα διαδραστικό ομαδικό πρόγραμμα που υλοποιείται σε σχολεία, με στόχο την ενίσχυση της ψυχολογικής ευελιξίας και σημαντικών δεξιοτήτων ζωής.

Μέσα από το πρόγραμμα μας οι νέοι/νέες μπορούν να:



Γνωρίσουν
καλύτερα
τον εαυτό τους.



Ενισχύσουν την
επικοινωνία και
τις σχέσεις τους.



Αναπτύξουν
ανθεκτικότητα.



Διερευνήσουν
τις αξίες τους.



Νιώσουν σύνδεση
και αποδοχή.

Οι νέοι αναπτύσσουν δεξιότητες για να κατανοούν τον εαυτό τους, να διαχειρίζονται τις προκλήσεις, να επικοινωνούν ουσιαστικά και να κάνουν επιλογές που τους εκφράζουν.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε
με τον διαχειριστή του προγράμματος:

Χριστόδουλος Μονογιός

(τηλ. 99516898, epidراسi@uclancycprus.ac.cy).

Συντονίστρια Προγράμματος: Δρ. Βασιλική Χριστοδούλου



Ένα πρόγραμμα πρόληψης

Το ΕπίΔΡΑΣΗ επικεντρώνεται στην ενίσχυση προστατευτικών παραγόντων, προσφέροντας στους νέους τα εφόδια που χρειάζονται για μια πιο υγιή και ισορροπημένη πορεία.

Πιο δυνατοί
μαζί!





ΕΠΙΔΡΑΣΗ Ζωής



Οικογενειακό Πρόγραμμα



Μικρά βήματα.
Μεγάλη επίδραση.



Σε ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον, γονείς και έφηβοι αναπτύσσουν δεξιότητες επικοινωνίας, συνεργασίας και επίλυσης, ενισχύοντας τη σύνδεση και τη συνοχή της οικογένειας.

Οι γονείς μπορούν να συμμετέχουν και ατομικά στο πρόγραμμα, ακόμη και χωρίς τη συμμετοχή του εφήβου.

ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ;

Σε οικογένειες με εφήβους που επιθυμούν να:

- ✓ βελτιώσουν την επικοινωνία τους
- ✓ διαχειρίζονται αποτελεσματικότερα τις συγκρούσεις
- ✓ ενισχύσουν την κατανόηση και την ενσυναίσθηση
- ✓ αναπτύξουν δεξιότητες συνεργασίας και διαπραγμάτευσης
- ✓ ενδυναμώσουν τη σχέση γονέα – εφήβου

Δυνατότητα ατομικής συμμετοχής γονέων

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ:



2 συναντήσεις
αξιολόγησης



10 συνεδρίες



βιωματικές
δραστηριότητες
και πρακτικές
ασκήσεις

ΓΟΝΕΙΣ & ΕΦΗΒΟΙ ΕΝΙΣΧΥΟΥΝ



επικοινωνία και
ενεργητική
ακρόαση



ενσυναίσθηση
και κατανόηση



συνεργασία και
διαπραγμάτευση



οικογενειακή
συνοχή και
σύνδεση

Δεξιότητες για **μία ζωή !!**

ΕΝΔΙΑΦΕΡΕΣΑΙ;

Επικοινωνήστε μαζί μας
για περισσότερες πληροφορίες
ή για να δηλώσεις ενδιαφέρον.



+357 99516898



epidrasi@uclancyprus.ac.cy



Λάρνακα και Αμμόχωστο

