



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Μάρτιος 2023

## Έκδοση του Εγχειριδίου Ευαισθητοποίησης σε θέματα ψυχικής υγείας/άγχους στα ΑΕΙ

Το έργο AWARE, μια πρωτοβουλία Erasmus+, ανακοινώνει τη δημοσίευση του «Εγχειριδίου Ευαισθητοποίησης», ενός ολοκληρωμένου οδηγού που έχει σχεδιαστεί για την προώθηση της ευαισθητοποίησης για την ψυχική υγεία μεταξύ των φοιτητών, του προσωπικού και του διδακτικού προσωπικού των Ανώτατων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων (ΑΕΙ).

Το έργο AWARE είναι μια συλλογική προσπάθεια από πέντε ευρωπαϊκούς οργανισμούς : SPOŁECZNA AKADEMIA NAUK, KMOP - EDUCATION AND INNOVATION HUB, CARDET, SPECTRUM RESEARCH CENTRE και UNIVERSIDAD DEL PAIS VASCO/ EUSKAL HERRITATEKO UNI. Το έργο στοχεύει να ενισχύσει τη δημιουργία ενός ένα υποστηρικτικού και ενσυναίσθητου περιβάλλοντος στα ευρωπαϊκά ΑΕΙ, διασφαλίζοντας ότι η ψυχική ευεξία παραμένει κορυφαία προτεραιότητα τόσο για τους/τις φοιτητές/τριες όσο και για το προσωπικό.

Το εγχειρίδιο παρέχει στα ΑΕΙ τις γνώσεις και τα εργαλεία που απαιτούνται για την προώθηση της ευαισθητοποίησης για την ψυχική υγεία. Στο πλαίσιο της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, η ψυχική υγεία παίζει καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση της συνολικής εμπειρίας των φοιτητών/τριών. Οι φοιτητές/τριες συχνά αντιμετωπίζουν διάφορους στρεσογόνους παράγοντες, όπως ακαδημαϊκές πιέσεις, κοινωνικές προσαρμογές και προσωπικές μεταβάσεις. Η κατανόηση και η φροντίδα της ψυχικής τους υγείας είναι ουσιαστικής σημασίας, καθώς όχι μόνο επηρεάζει τις ακαδημαϊκές τους επιδόσεις αλλά επίσης επηρεάζει βαθιά την ποιότητα ζωής τους κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στο ίδρυμα.

Ο οδηγός είναι διαθέσιμος στα αγγλικά και σε όλες τις γλώσσες των εταίρων (ελληνικά, πολωνικά και ισπανικά) και μπορείτε να τον κατεβάσετε από τον ιστότοπο του έργου στη διεύθυνση [www.awareformentalhealth.eu](http://www.awareformentalhealth.eu).

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι απόψεις που εκφράζονται είναι μόνο του/των συγγραφέα/ών και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της Εθνικής Υπηρεσίας. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο πάροχος της επικορήγησης μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτά.

