



## Δελτίο Τύπου Σεμιναρίων του έργου ESC ADHD-UP του ADHD Hellas

Ανακοινώνεται πως στα πλαίσια του έργου **ADHD-UP** θα διοργανωθούν εντός του Φεβρουαρίου 2025 **7 διαδικτυακά** σεμινάρια για φοιτητές με ΔΕΠΥ και συμπτώματα ΔΕΠΥ.

Η συμμετοχή είναι **δωρεάν**, κατόπιν **εγγραφής** στο <https://forms.gle/z625y1X5UynwjDka7>. Τα σεμινάρια θα πραγματοποιηθούν διαδικτυακά μέσω της πλατφόρμας Zoom. Μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή όλοι οι φοιτητές/τριες, ανεξαρτήτως αν έχουν ΔΕΠΥ ή όχι. Με την ολοκλήρωση της δράσης θα δοθεί **πιστοποιητικό Youthpass της Ευρωπαϊκής Ένωσης**.

Το πρόγραμμα των ομάδων διαμορφώνεται ως εξής:

- **Τεχνικές συγκέντρωσης:** Παρασκευή 14 Φεβρουαρίου 2025, 19:30 - 20:00
- **Διευκολύνσεις στην εξεταστική:** Κυριακή 16 Φεβρουαρίου 2025, 13:00 - 13:30
- **Διαχείριση χρόνου:** Τρίτη 18 Φεβρουαρίου 2025, 18:00 - 18:30
- **Στρες:** Σάββατο 22 Φεβρουαρίου 2025, 12:00 - 12:30
- **Ατζέντα (planner):** Κυριακή 23 Φεβρουαρίου 2025, 13:00 - 13:30
- **Σημειώσεις:** Κυριακή 23 Φεβρουαρίου 2025, 18:00 - 18:30
- **Τρόπος διαβάσματος:** Κυριακή 23 Φεβρουαρίου 2025, 18:30 - 19:00

Βασικός στόχος των σεμιναρίων είναι η παροχή πρακτικών συμβουλών για τα διάφορα ζητήματα που απασχολούν τους φοιτητές/φοιτήτριες, η επίλυση αποριών και η συζήτηση γύρω από αυτά. Τα σεμινάρια θα μαγνητοσκοπηθούν, με σκοπό την ανάρτηση μόνο του μη διαδραστικού μέρους και την αξιοποίηση του διαδραστικού (συζήτηση, ερωτήσεις) για τη δημιουργία εγγράφου με ερωταπαντήσεις. Το διαδραστικό μέρος δεν θα αναρτηθεί.

Το έργο ADHD-UP, με πλήρη ονομασία "**Από την Πρόκληση στην Επίτευξη: Ενίσχυση Δεξιοτήτων Φοιτητών/τριών με ΔΕΠΥ και στοιχεία διάσπασης προσοχής**" χρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Σώμα Αλληλεγγύης (European Solidarity Corps) της Ευρωπαϊκής Ένωσης (2023-3-EL02-ESC30-SOL-000184706). Συντονιστής του έργου είναι το Πανελλήνιο Σωματείο Ατόμων με Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής ή/και Υπερκινητικότητας **ADHD Hellas**.

**Ο στόχος του έργου** είναι η υποστήριξη και η ενίσχυση των δεξιοτήτων των φοιτητών/τριών και κυρίως αυτών με ΔΕΠΥ. Αυτό θα επιτευχθεί μέσω μιας σειράς από δράσεις που διοργανώνονται από νέους/ες που εκπαιδεύονται από το ADHD Hellas στο πλαίσιο του έργου και οι οποίοι/ες



έχουν ΔΕΠΥ ή/και έχουν κάποια σχετική επαγγελματική εξειδίκευση. Οι βασικές δράσεις που θα υλοποιηθούν είναι:

- Ομάδες μελέτης (ή αλλιώς Focus Groups)
- Ομάδες υποστήριξης φοιτητών/τριών με ΔΕΠΥ
- Σεμινάρια
- Φιλαράκια Μελέτης (ή αλλιώς Study Buddies)

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το έργο μπορείτε να επικοινωνήσετε με το ADHD Hellas μέσω μηνύματος ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στο [mobilities@adhdhellas.org](mailto:mobilities@adhdhellas.org). Επίσης, μπορείτε να παρακολουθείτε τις δράσεις του έργου μέσω των social media: [ADHD-UP: Φοιτητές/τριες με ΔΕΠΥ !](#) (Facebook) & [@adhd\\_up](#) (Instagram).

Το ADHD Hellas είναι ένας οργανισμός με **μη κερδοσκοπικό χαρακτήρα** του οποίου οι δράσεις κυμαίνονται γύρω από την **ενημέρωση, την υποστήριξη και την καθοδήγηση** γονέων, ενηλίκων με ΔΕΠΥ, εκπαιδευτικών και επαγγελματιών υγείας. *Σημειώνεται ότι η ΔΕΠ-Υ είναι μια από τις συχνότερες νευροαναπτυξιακές διαταραχές της παιδικής ηλικίας, η οποία σε μεγάλα ποσοστά συνεχίζει και στην ενήλικη ζωή. Ωστόσο, εξακολουθεί να υποδιαγιγνώσκεται στη χώρα μας. Περισσότερες πληροφορίες για το σωματείο και τη ΔΕΠΥ στο [www.adhdhellas.org](http://www.adhdhellas.org)*

*Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.*

