

ΕΝΔΥΝΑΜΩΝΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ & ΤΗΝ ΕΥΕΞΙΑ ΤΩΝ ΑΝΔΡΩΝ: Γνώσεις & Δεξιότητες για μια Καλύτερη Ζωή

Έργο Men@Health

Το έργο στοχεύει στην προώθηση της υγείας και της ευεξίας των ανδρών, συμβάλλοντας σε μια πιο συμπεριληπτική κοινωνία με ίσες ευκαιρίες για όλους.

Το **κίνητρο του έργου βασίζεται** στη σημασία της βελτίωσης της συνολικής υγείας και ευεξίας των ανδρών μέσω ενός εκπαιδευτικού προγράμματος για άνδρες εκπαιδευόμενους, το οποίο αμφισβητεί επιβλαβή στερεότυπα, προωθεί την προληπτική φροντίδα υγείας και ενθαρρύνει τη βελτίωση της σωματικής και ψυχικής υγείας.

Το **έργο αναπτύσσει** μια ψηφιακά ενισχυμένη μαθησιακή διαδρομή αναβάθμισης δεξιοτήτων για άνδρες με τίτλο **«Men@Health: Προώθηση της υγείας και της ευεξίας των ανδρών»**, με στόχο τη βελτίωση της κατάστασης υγείας των ανδρών εκπαιδευόμενων και την εμβάθυνση των γνώσεών τους σχετικά με την υγεία και την ευεξία.



Στόχοι

- Να παρακινήσει τους άνδρες για μεγαλύτερη κατανόηση και ανταπόκριση σε θέματα που αφορούν την υγεία και την ευεξία τους.
- Να εμβαθύνει τις γνώσεις και τις δεξιότητες των ανδρών σε θέματα υγείας και ευεξίας.
- Να αξιολογήσει τις γνώσεις και τις δεξιότητες που αποκτούν οι άνδρες εκπαιδευόμενοι.
- Να βελτιώσει τις δεξιότητες των εκπαιδευτών ενηλίκων ώστε να ενδυναμώσουν τους άνδρες να φροντίζουν την υγεία και την ευεξία τους.
- Να διασφαλίσει τη διάδοση και προώθηση των αποτελεσμάτων του έργου.

Ομάδες-στόχοι

- Άνδρες εκπαιδευόμενοι, συμπεριλαμβανομένων ανδρών με λιγότερες ευκαιρίες: χαμηλό μορφωτικό επίπεδο, άνεργοι, άνδρες από οικογένειες χαμηλού εισοδήματος, οι οποίοι επιθυμούν να βελτιώσουν τις συνθήκες υγείας και ευεξίας.
- Εκπαιδευτές ενηλίκων που επιθυμούν να ενισχύσουν τις δεξιότητές τους στην εκπαίδευση ανδρών εκπαιδευόμενων.



Με τη χρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και γνώμες που διατυπώνονται ανήκουν αποκλειστικά στους συγγραφείς και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ιδρύματος Υποστήριξης Εκπαιδευτικών Ανταλλαγών. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η αρμόδια αρχή επιχορήγησης φέρουν ευθύνη για το περιεχόμενο των απόψεων αυτών.





Κύρια αποτελέσματα

Μια πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης με τίτλο «Ενδυναμώνοντας την Υγεία & την Ευεξία των Ανδρών: Γνώσεις & Δεξιότητες για μια Καλύτερη Ζωή», η οποία περιλαμβάνει:

I. Εργαστήριο Παρακίνησης

«Ενίσχυση της κατανόησης και της ανταπόκρισης των ανδρών σε ζητήματα υγείας και ευεξίας», με τη χρήση 3 αναπτυγμένων Ανοιχτών Εκπαιδευτικών Πόρων (OERs):

- Διαδραστικές αναγνώσεις: «Η κατάσταση της υγείας των ανδρών: αντιμετώπιση της έλλειψης κατανόησης των προβλημάτων υγείας τους»
- Αφηγίσες: «Πώς να βελτιώσουμε την υγεία και την ευεξία»
- Ιστορίες από μέσα ενημέρωσης: «Υπέρβαση των στερεοτύπων της ηγεμονικής αρρενωπότητας για τη βελτίωση της υγείας και της ευεξίας»

II. Ψηφιακά Ενισχυμένο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα για Άνδρες Εκπαιδευόμενους

«Ενίσχυση των γνώσεων για την υγεία και την ευεξία των ανδρών για μια καλύτερη ζωή», που περιλαμβάνει:

1. Πέντε σύντομα διαδικτυακά μαθήματα:

- Η σημασία της σωματικής υγείας και του αθλητισμού
- Η ανάληψη ρίσκου και η φροντίδα από τους άνδρες: πώς επηρεάζει την ευεξία μου;
- Ψυχική υγεία και διαχείριση άγχους
- Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και κοινωνικής ζωής για καλύτερη ευεξία
- Στερεότυπα – επηρεάζουν τους στόχους, τα κίνητρα και την επαγγελματική μου θέση;

2. Εργαλείο αξιολόγησης με ψηφιακό σήμα: «Υπεύθυνος για την υγεία και την ευεξία μου»

3. Ψηφιακό εργαλείο: «Δημιουργώντας το προσωπικό μου σχέδιο δράσης για το μέλλον»

III. Ανδραγωγικό Εργαλείο Υλοποίησης

Εργαλειοθήκη για εκπαιδευτές ενηλίκων με στόχο τη βελτίωση των δεξιοτήτων τους στην προώθηση της υγείας και της ευεξίας των ανδρών μέσω ψηφιακά ενισχυμένων μαθησιακών διαδικασιών.

