

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

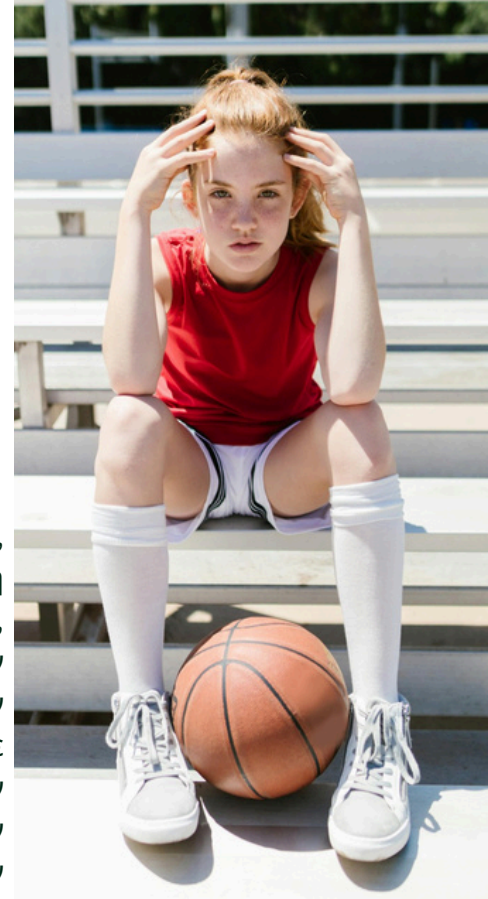
Το MINDFIT είναι ένα έργο που χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα CERV (Πολίτες, Ισότητα, Δικαιώματα και Αξίες), το οποίο λειτουργεί από τον Μάιο του 2025. Με τίτλο “Ενισχύοντας την ψυχική ανθεκτικότητα των παιδιών” (Empowering Minds: Enhancing Children’s Mental Fitness), το έργο στοχεύει στην αντιμετώπιση των μοναδικών προκλήσεων που αντιμετωπίζουν τα παιδιά και ιδιαίτερα οι νεαροί αθλητές και οι νεαρές αθλήτριες, 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 και αθλήτριες (κύρια ομάδα - στόχος), καθώς και βασικά ενδιαφερόμενα μέρη, συμπεριλαμβανομένων γονέων, προπονητών/τριών, 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 και συμμετέχουσες, υπερβαίνοντας τον αρχικό στόχο.

Μετά την ολοκλήρωση των ομάδων εστίασης, οι εταίροι 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 και αθλήτριες. Η έκθεση αναφοράς του MINDFIT σχετικά με τη Χαρτογράφηση, τις Ανάγκες και Προσδοκίες του έργου είναι διαθέσιμη ηλεκτρονικά, στα Αγγλικά, εδώ <https://mind-fit.co/deliverables/>.

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 για νεαρούς αθλητές και αθλήτριες, ενώ παράλληλα εξοπλίζει τους γονείς και τους προπονητές με πρακτικές γνώσεις και εφαρμοσμένες δεξιότητες για αποτελεσματική υποστήριξη παιδιών και νέων.



Το έργο σήμερα!

Στο παρόν στάδιο, το περιεχόμενο της εφαρμογής για κινητά αναπτύσσεται και 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 και τις αθλήτριες, ηλικίας 8 έως 18 ετών, να εξασκήσουν τεχνικές πνευματικής φυσικής κατάστασης και να παρακολουθούν την ευημερία τους μέσω ασκήσεων και παιχνιδιών. Παράλληλα με αυτό το ψηφιακό εργαλείο, το έργο θα κυκλοφορήσει εξειδικευμένο εκπαιδευτικό υλικό και πρωτόκολλα ψυχοκοινωνικού ελέγχου για να βοηθήσει τους προπονητές και τις προπονήτριες, 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" με στόχο την ενημέρωση και ενεργή συμμετοχή της ευρύτερης κοινότητας. Η εκστρατεία ευαισθητοποίησης MINDFIT εστιάζει στην προώθηση της ψυχικής ευεξίας και ανθεκτικότητας μεταξύ των νεαρών αθλητών και αθλητριών, συμβάλλοντας επίσης στη μείωση του στίγματος ψυχικής υγείας στον αθλητισμό και στην προώθηση μιας υποστηρικτικής, χωρίς αποκλεισμούς αθλητική κουλτούρα ανεξαρτήτως φύλου.

Επίσης, βρίσκεται σε εξέλιξη η προσέγγιση εξέχουσων προσωπικοτήτων και ατόμων με επιρροή στον αθλητικό χώρο, με στόχο να λειτουργήσουν ως πρεσβευτές/πρέσβειρες του έργου MINDFIT. 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**