

# ΟΜΠΡΕΛΑ

Τεύχος 12  
Οκτώβριος 2021



ΔΙΕΘΝΕΣ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη

Περιοδική έκδοση της  
δομής ΟΜΠΡΕΛΑ

## Ομάδα i-Mentors της Δομής ΟΜΠΡΕΛΑ: Τι μας είπαν οι μέντορες μας για την συμμετοχή τους στην υποστήριξη των ωφελούμενων

Μέρος 1ο

Η ομάδα i-Mentors είναι ένα δίκτυο εθελοντών, που απαρτίζεται από φοιτητές/τριες της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης του ΔΙ.ΠΑ.Ε., και παρέχουν εξατομικευμένη βοήθεια και καθοδήγηση σε συμφοιτητές/τριες τους σε ακαδημαϊκό, κοινωνικό και συναισθηματικό επίπεδο.



Από την έναρξη της Δομής ΟΜΠΡΕΛΑ έως και σήμερα, η λειτουργία του δικτύου i-mentor έχει ήδη συμπληρώσει δύο κύκλους λειτουργίας και υποστήριξης φοιτητών, και έχει ήδη αναρτηθεί η Πρόσκληση για την έναρξη του 3<sup>ου</sup> κύκλου επιμόρφωσης των μεντόρων. Ο κάθε κύκλος περιλαμβάνει μία σειρά επιμορφωτικών συναντήσεων, πλάνο συναντήσεων των μεντόρων με τους συνεργάτες της Δομής ΟΜΠΡΕΛΑΣ από τα Τμήματα της Αλεξάνδρειας Πανεπιστημιούπολης και συναντήσεις των μεντόρων με τους ωφελούμενους, είτε δια ζώσης είτε διαδικτυακές.

**Τα ακόλουθα είναι λόγια των μεντόρων της ΟΜΠΡΕΛΑΣ από την εμπειρία τους και τη συμμετοχή τους στο δίκτυο i-Mentors.**

**Ο Π.Ι. είπε:** Από τα μαθήματα επιμόρφωσης, και γενικά την συμμετοχή μου ως μέντορας στο πρόγραμμα ΟΜΠΡΕΛΑ, αποκόμισα εμπειρίες που δεν αποκτώνται εύκολα σε αυτήν την ηλικία. Η επικοινωνία με άτομα που έχουμε ίδιους στόχους, αλλά διαφορετικό περιβάλλον, κάνει τον κάθε μέντορα να αναλογιστεί σε πόσο διαφορετικούς κόσμους ζει ο καθένας από εμάς. Η γνωριμία με διαφορετικά άτομα και διεύρυνση των κύκλων ατόμων που γνωρίζουμε, είναι από μόνη της μία εμπειρία που είναι πολύ χρήσιμη για το μέλλον. Τέλος, ευχαριστώ τα άτομα που συνεργαστήκαμε σε αυτό το πρόγραμμα και τον επικεφαλής καθηγητή που με ενημέρωσε και μου πρότεινε να συμμετάσχω σε αυτό το πρόγραμμα.

**... κατάφερα και εγώ να αναπτύξω και να ανακαλύψω στοιχεία του χαρακτήρα μου που ήταν κρυμμένα.**

**Η Τ.Π. είπε:** Από την στιγμή που ξεκίνησε το πρόγραμμα αυτό, και είχα την δυνατότητα να βοηθήσω τους συμφοιτητές μου, που είχαν κάποιο πρόβλημα με την συνέχιση των σπουδών τους ή απλά είχαν κάποια δυσκολία στα μαθήματα, ήξερα ότι αυτό που θα κάνω θα είναι κάτι που με ευχαριστεί και νιώθω ότι μπορώ και εγώ να βοηθήσω με τον δικό μου τρόπο. Μέσα από την όλη διαδικασία, τόσο από τα επιμορφωτικά σεμινάρια που παρακολουθήσαμε

στην αρχή του προγράμματος, με τις διαλέξεις και τα βιωματικά εργαστήρια που έγιναν από τους καθηγητές, όσο και από την διαδικασία της βοήθειας των φοιτητών κατάφερα και εγώ να αναπτύξω και να ανακαλύψω στοιχεία του χαρακτήρα μου που ήταν κρυμμένα. Το να είσαι μέλος μια τέτοιας προσπάθειας σε γεμίζει σαν άνθρωπο και μπορεί να σου προσφέρει πράγματα όχι υλικά, αλλά μπορεί να σε γεμίσει με εμπειρίες και εικόνες τις οποίες θα τις κουβαλάς μαζί σου. Τέλος θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους όσους βοήθησαν για να πραγματοποιηθεί κάτι τέτοιο, από τους καθηγητές μέχρι τους μέντορες, που χωρίς την βοήθεια και την συνεργασία όλων δεν θα μπορούσε να γίνει πραγματικότητα το όλο εγχείρημα, όμως δεν πρέπει να ξεχάσουμε και τους ωφελούμενους οι οποίοι έκαναν μεγάλη προσπάθεια για να μπορέσουν να πετύχουν τους στόχους τους.

**Η εμπειρία μου ως μέντορας στο πρόγραμμα ΟΜΠΡΕΛΑ θα μου μείνει αξέχαστη.**

**Η Λ.Α. είπε:** Μέσα από το πρόγραμμα ΟΜΠΡΕΛΑ, έμαθα πόσο σημαντική είναι η υποστήριξη απέναντι σε ένα συμφοιτητή που χρειάζεται λίγη καθοδήγηση. Μέσα από το πρόγραμμα, γνώρισα διαφορετικές προσωπικότητες και κατάλαβα πως ακόμη και η πιο μικρή και απλή βοήθεια, μπορεί για κάποιον να είναι σημαντική. Γι' αυτόν ακριβώς τον λόγο χρειάζονται προγράμματα σαν αυτό, με σκοπό την ενθάρρυνση της συνεργασίας και της αλληλοβοήθειας.

**Η Φ.Π. είπε :** Μπορώ να πω με σιγουριά ότι η εμπειρία μου ως μέντορας στο πρόγραμμα ΟΜΠΡΕΛΑ θα μου μείνει αξέχαστη , όχι μόνο γιατί αισθάνεσαι μέλος ενός συνόλου, αλλά και γιατί επενδύεις όμορφα τον ελεύθερο χρόνο σου βοηθώντας έναν/μία φοιτητή/τρια. Μέσα από αυτή την εμπειρία απέκτησα μια καλή παρέα. Θέλω να πω και κάτι τελευταίο, στο τέλος αυτής της προσπάθειας να παροτρύνεις ένα άτομο να συνεχίσει παλεύει, δεν αποκομίζεις μόνο εσύ ένα «ευχαριστώ», αλλά και το άτομο αυτό από εσένα, καθώς σε εμπιστεύεται και βασίζεται πάνω σου. Το «ευχαριστώ» λοιπόν, στο πρόγραμμα ΟΜΠΡΕΛΑ έχει διαδοχικό ρόλο, τόσο από την πλευρά του μέντορα, όσο και από την πλευρά του ωφελούμενου.

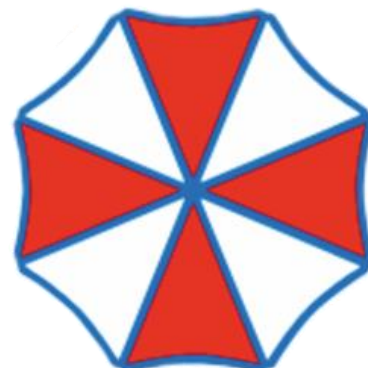
**Πρόκειται για ένα πρόγραμμα μεγάλης σημασίας, καλοσύνης και συναδελφοσύνης.**

**Η Κ.Κ. είπε:** Το πρόγραμμα ΟΜΠΡΕΛΑ είναι πολύ μεγάλης σημασίας για εμένα ως Μέντορα, καθώς μου δόθηκε η ευκαιρία να κινητοποιηθώ κοινωνικά και να προσφέρω βοήθεια στους συμφοιτητές μου όπου το χρειάζονται. Η αίσθηση της προσφοράς, καθώς και η συνεχής επικοινωνία βοήθανε όχι μόνο την ωφελούμενη που έχω αναλάβει, αλλά ταυτόχρονα αυξάνουν και την δικιά μου παραγωγικότητα στη σχολή, καθώς και τις

κοινωνικές μου σχέσεις. Πρόκειται για ένα πρόγραμμα μεγάλης σημασίας, καλοσύνης και συναδελφοσύνης, ένα εθελοντικό λειτούργημα που αυξάνει την ποιότητα των σπουδών τόσο των ωφελούμενων όσο και των μεντόρων.

**Ο Γ.Β. είπε:** Από τη συμμετοχή μου στο πρόγραμμα ΟΜΠΡΕΛΑ αποκόμισα καταρχήν την ικανοποίηση διότι βοήθησα κάποια παιδιά, τα οποία αντιμετώπισαν δυσκολία στην παρακολούθηση της σχολής, δίνοντας τους ώθηση να συνεχίσουν και να μην απογοητευτούν και τα παρατήσουν. Με την ευκαιρία αυτή μου δόθηκε η δυνατότητα να γνωρίσω καινούρια άτομα, με τα οποία έχω κρατήσει προσωπική επαφή εκτός του προγράμματος.

**Ο Δ.Τ. είπε:** Η ενασχόληση με την ομάδα ΟΜΠΡΕΛΑ έκανε τον εκάστοτε μέντορα να εξελίσσεται σαν άνθρωπος, μέσα από τη καλλιέργεια των δυνατοτήτων του, προσφέροντας αλληλεγγύη στον συμφοιτητή του. Παράληψη θα ήταν να μην αναφέρουμε την τεράστια προσωπική ικανοποίηση που προσφέρει ο αλτρουισμός, προσφέροντας βοήθεια σε κάποιον που την έχει ανάγκη και αυτό το συναίσθημα κορυφώνεται όταν ακούς από το ίδιο άτομο που βοήθησες το πιο ειλικρινές «σε ευχαριστώ» που υπάρχει.



**Η Ε.Μ. είπε:** Το πρόγραμμα Ομπρέλα μου έδωσε την δυνατότητα να βοηθήσω και να συμπαρασταθώ στους συμφοιτητές μου. Έλυνα τις απορίες τους σχετικά με τα μαθήματα, τις ηλεκτρονικές εξετάσεις και οτιδήποτε άλλο σχετικά με την ύλη. Η ψυχολογική υποστήριξη δεν έλειπε επίσης και είμαι ευγνώμον για την ευκαιρία να σταθώ τόσο δίπλα στους υπόλοιπους φοιτητές.

## Η δομή ΟΜΠΡΕΛΑ του ΔΙ.ΠΑ.Ε. (Αλεξάνδρεια Πανεπιστημιούπολη)

*Μία σύγχρονη δομή κοινωνικής μέριμνας, συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης*

Στο πλαίσιο της πράξης «Υποστήριξη Παρεμβάσεων Κοινωνικής Μέριμνας Φοιτητών του ΔΙ.ΠΑ.Ε.» (ΕΣΠΑ 2014-2020) έχει δημιουργηθεί και λειτουργεί η δομή ΟΜΠΡΕΛΑ με βασικό σκοπό την αύξηση του ποσοστού συνεπούς ολοκλήρωσης των σπουδών και προώθηση της ισότιμης συμμετοχής φοιτητών από ευαίσθητες κοινωνικές ομάδες-ΕΚΟ (χαμηλές εισοδηματικές τάξεις, ΑΜΕΑ, μονογονεϊκές οικογένειες, φοιτητές από οικογένειες μεταναστών, φοιτητές με σοβαρά προβλήματα υγείας). Η διάρκεια υλοποίησης της πράξης είναι 4 έτη, έχει ξεκινήσει το Σεπτέμβριο του 2018 και βασίζεται στις ακόλουθες δράσεις:

- Συμβουλευτική και ψυχολογική υποστήριξη φοιτητών ΕΚΟ
- Υποστήριξη της επανένταξης και ενσωμάτωση φοιτητών ΕΚΟ
- Δράσεις εξεύρεση απασχόλησης για φοιτητές ΕΚΟ
- Δημιουργία κοινωνικού δικτύου εθελοντών/συμβούλων i-Mentor

**Οι i-Mentor αναλαμβάνουν ατομικά κάθε φοιτητή που χρειάζεται υποστήριξη, καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών του.**

Οι εθελοντές/σύμβουλοι i-Mentor αναλαμβάνουν ατομικά κάθε φοιτητή που χρήζει υποστήριξης, καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών του, αφού πρώτα έχουν παρακολουθήσει τον απαραίτητο κύκλο επιμόρφωσης.

Τμήμα Αγωγής και Φροντίδας στην Πρώιμη Σχολική Ηλικία

Επιστ. υπεύθυνη: Καθ. Ευρυδίκη Ζαχοπούλου

web: <https://umbrella.ihu.gr/mentores/>

e-mail: [info@umbrella.ihu.gr](mailto:info@umbrella.ihu.gr)



@iMentor.iIHU.Sindos



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Ειδική Υπηρεσία Διαχείρισης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη