

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ 4 •  
ΜΑΙΟΣ 2021 - ΙΟΥΛΙΟΣ 2021

## ΜΟΝΑΔΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΕΥΠΑΘΩΝ ΟΜΑΔΩΝ (ΜΥΦΕΟ)

Ενημερωτικό δελτίο της ΜΥΦΕΟ  
του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας

### Αποτίμηση των Δράσεων της ΜΥΦΕΟ

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΣ,  
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΗΣ ΜΥΦΕΟ,  
ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Το τέταρτο ενημερωτικό δελτίο της Μονάδας Υποστήριξης Φοιτητών Ευπαθών Ομάδων (ΜΥΦΕΟ) του Ιδρύματος για την ακαδημαϊκή χρονιά 2020-2021, παρουσιάζει τις δράσεις της Μονάδας για το χρονικό διάστημα από τον Μάιο 2021 ως και τον Ιούνιο 2021. Η ΜΥΦΕΟ στην αρχική φάση της λειτουργίας της χρηματοδοτείται από το ΕΣΠΑ 2014-2020, μέσω της Πράξης «Υποστήριξη Παρεμβάσεων Κοινωνικής Μέριμνας Φοιτητών Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας (MIS 5051039)».

Για το τρέχον χρονικό διάστημα αναφοράς το προσωπικό που στελεχώνει την Μονάδα υλοποίησε μια σειρά από δράσεις που ανταποκρίνονται στους στόχους του προγράμματος, όπως αυτές αποτυπώνονται στη συνέχεια :

- παρείχαμε σταθερά υπηρεσίες ατομικής συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης εξ' αποστάσεως και δια ζώσης σε περισσότερους από 120 φοιτητές και φοιτήτριες του ΠΔΜ,
- παρείχε συστηματικά ομαδική συμβουλευτική και ψυχολογική υποστήριξη σε φοιτητές και φοιτήτριες σε Καστοριά και Φλώρινα μέσα από ομάδες σε κάθε πόλη,
- ολοκλήρωσε τις εργασίες της ομάδας με στόχο την ενίσχυση της αυτοεκτίμησης των φοιτητών και φοιτητριών στην πόλη της Πτολεμαΐδας,

Σε αυτό το  
ενημερωτικό δελτίο:

Αποτίμηση των Δράσεων  
της ΜΥΦΕΟ  
ΣΕΛΙΔΑ 1

Φοιτητική ζωή μετά την  
πανδημία  
ΣΕΛΙΔΑ 3

Μήνας Ορατότητας  
ΣΕΛΙΔΑ 4

Επικοινωνία  
ΣΕΛΙΔΑ 5

- ολοκλήρωσε τις επιμορφωτικές δράσεις σε διδακτικό και διοικητικό προσωπικό του Ιδρύματος,
- παρείχε πληροφόρηση και υλικό ευαισθητοποίησης ή/και ενημέρωσης μέσα από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης της Μονάδας για διάφορα ζητήματα που αφορούν τη στόχευση της Μονάδας,
- ολοκλήρωσε τη διαδικασία αξιολόγησης των αιτήσεων φοιτητών και φοιτητριών του ΠΔΜ για τις Υποτροφίες Στέγης της ΜΥΦΕΟ και ανακοινώσαμε τα αποτελέσματα,
- ολοκλήρωσε την πρώτη εξωτερική αξιολόγηση της Μονάδας μας,
- πραγματοποιεί τις απαραίτητες ενέργειες για την αποπληρωμή των υποτροφιών στους/ις υποτρόφους,

- διοργάνωσε και υλοποίησε Στρογγυλή Τράπεζα για το διδακτικό και ερευνητικό προσωπικό με τίτλο "Προσβασιμότητα στην Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση Φοιτητών και Φοιτητριών με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες ή/και Αναπηρία: Προκλήσεις, Εμπόδια και Καλές Πρακτικές",
- ξεκίνησε το σχεδιασμό των δράσεων για την νέα ακαδημαϊκή χρονιά,
- συμμετείχε σε Ημερίδα του Υπουργείου Παιδείας & Θρησκευμάτων με τίτλο «Δίκτυο Επικοινωνίας και Συνεργασίας των Ιδρυμάτων με το ΥΠΑΙΘ».

Στο επόμενο χρονικό διάστημα εκτιμάται πως η Μονάδα θα είναι σε θέση, μεταξύ άλλων:

- να προετοιμάσει το πλαίσιο του εθελοντισμού μέσα στην πανεπιστημιακή κοινότητα,
- να συνεχίσει να παρέχει υπηρεσίες ατομικής και ομαδικής συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης και τους καλοκαιρινούς μήνες (με εξαίρεση τον Αύγουστο),
- να ολοκληρώσει το σχεδιασμό των δράσεων της νέας ακαδημαϊκής χρονιάς.



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ



Μονάδα Υποστήριξης Φοιτητών  
Ευπαθών Ομάδων

“Προσβασιμότητα στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση Φοιτητών/ιών με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες ή/και Αναπηρία: Προκλήσεις, εμπόδια και καλές πρακτικές”

Στρογγυλή Τράπεζα

Σάββατο, 26/6/21, 18.00-19.30μ.μ.

Zoom: <https://zoom.us/j/91785248362>



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη



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



# Φοιτητική ζωή μετά την πανδημία

Η Δομή Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης (ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ.) της ΜΥΦΕΟ ευχαριστεί θερμά τα μέλη της ακαδημαϊκής κοινότητας του ΠΔΜ τα οποία πήραν μέρος στη δεύτερη φάση της νέας δράσης με στόχο τη δημιουργία μιας κοινότητας μοιράσματος και ενός δίαυλου επικοινωνίας μεταξύ των μελών του Ιδρύματος. Η πρώτη φάση της δράσης είχε τίτλο "Τρόποι ύπαρξης" και για αυτήν μας αποστείλατε έργα ποικίλων μορφών τα οποία συμπεριλήφθηκαν στο τρίτο ενημερωτικό δελτίο μας. Στη συνέχεια της δράσης μας, απευθυνθήκαμε στο φοιτητικό πληθυσμό του Ιδρύματος προκειμένου να εκφραστεί στο θέμα "Φοιτητική ζωή μετά την πανδημία".

Αδιαμφισβήτητα χάσαμε πολλά στην πανδημία. Μερικοί είχαμε ήδη χάσει πολλά και πριν από αυτή. Μα όσοι βρισκόμαστε στην ευλογημένη θέση να μην χάσαμε κάποιον δικό μας από την πανδημία σίγουρα θα πρέπει να παραπονιόμαστε λιγότερο. Όσοι δεν χάσαμε τις δουλειές μας, επίσης. Χάσαμε όμως πάνω από όλα την ελευθερία μας και την ανεξαρτησία μας όντας φοιτητές. Ασύγκριτες αξίες σχετικά με την ζωή και την δουλειά αλλά που διακόπηκαν εξίσου απότομα με την έλευση του ιού στην ζωή μας. Πολλοί γυρίσαμε σπίτι μας ενώ άλλοι μείναμε στις φοιτητικές μας πόλεις. Σίγουρα όμως τίποτα δεν ήταν όπως πριν ενάμιση χρόνο. Ξεκινούσε το διάβασμα (μπορεί και όχι) της εξεταστικής, κρυώναμε λίγο, ξενυχτούσαμε λίγο, αγαπούσαμε λίγο αλλά δεν νιώσαμε ούτε στιγμή να μας κόβουν την ελευθερία μας. Όταν μάθαμε ότι πρέπει να γυρίσουμε σπίτι σίγουρα η χαρά του να ξυπνάμε ό,τι ώρα θέλουμε σπίτι και να μην μαζευόμαστε ποτέ αντικαταστάθηκε από λύπη που γυρνούσαμε στο σπίτι μας. Ο χρόνος δεν αναπληρώνεται και όσα χάσαμε δεν μπορούμε να τα πάρουμε πίσω. Μπορούμε όμως ακόμα να ονειρευτούμε.

Μετά τη πανδημία σίγουρα θα κάνω περισσότερα όνειρα. Μετά την πανδημία θα βγαίνω πιο πολύ. Μετά την πανδημία θα κάνω του κόσμου τα ταξίδια. Μετά την πανδημία θα κάνω όσα δεν έκανα πριν από αυτήν. Θα με νοιάζει το τώρα και όχι το αύριο. Θα παλεύω, θα βοηθάω, θα αγαπάω, θα σκέφτομαι, θα διαβάζω (ίσως), θα τολμάω, θα τραγουδάω. Όσα δεν έκανα ποτέ θα κάνω τώρα. Γιατί αυτό που σίγουρα όλοι μάθαμε από αυτήν την περιπέτεια είναι ότι το αύριο μπορεί να μην υπάρχει. Αλλά το τώρα σίγουρα υπάρχει και δεν θέλω να το χάσω επειδή φοβάμαι να το ζήσω.

Μπορεί να μην κάνω τίποτα τελικά, μετά την πανδημία. Πάντως τώρα γράφω ένα κείμενο με όσα νιώθω, κάτι που σίγουρα δεν θα έκανα πριν.

Φοιτήτρια



Περισσότερες δράσεις για ενίσχυση της κοινότητας μοιράσματος και του δίαυλου επικοινωνίας μεταξύ των μελών του Ιδρύματος και της ακαδημαϊκής κοινότητας θα ακολουθήσουν με τη νέα ακαδημαϊκή χρονιά. Μείνετε συντονισμένοι/ες!

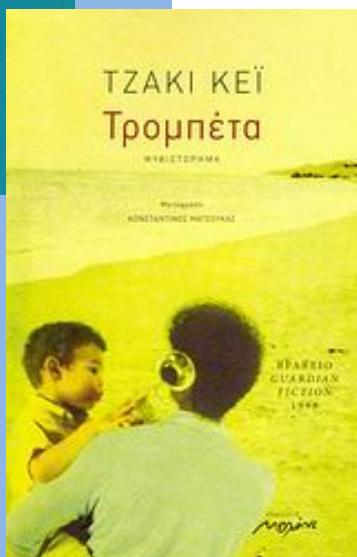
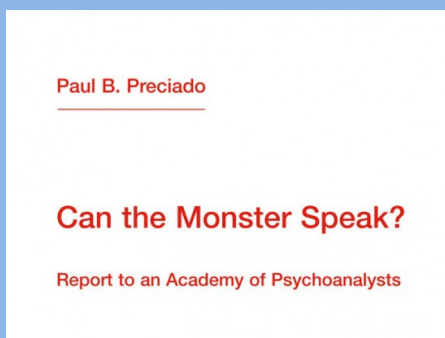


# Μήνας Ορατότητας

Το καλοκαίρι είναι μία εποχή συνυφασμένη με τη ξεκούραση και τη χαλάρωση για όλους και όλες. Παράλληλα, ο Ιούνιος είναι ένας μήνας αφιερωμένος στην ορατότητα της ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητας. Η Μονάδα μας σας προτείνει βιβλία, ταινίες, ντοκιμαντέρ και συνεντεύξεις σχετικά με το θέμα της ορατότητας.

## Βιβλία:

- Η τρομπέτα, J. Kay, εκδ. Μελάρι (2007)
- Ωραίο το φουστάνι σου, Γιώργο μου, Β. Καββαθάς, εκδ. Καστανιώτης (2000)
- Can the Monster Speak? Report to an Academy of Psychoanalysts, P. B. Preciado (2019)
- Ορλάντο, Β. Γουλφ, εκδ. Κέδρος (1999)
- Η τελευταία μαύρη γάτα, Ε. Τριβιζάς, εκδ. ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ (2012)  
(ένα βιβλίο για τον ρατσισμό και την μισαλλοδοξία, όχι αναφορικά με την ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητα, αλλά ένα βιβλίο που ταιριάζει σε κάθε πόλεμο του διαφορετικού)
- Σκουλήκι αγαπάει σκουλήκι, J. J. Austrian, εκδ. Κλειδάριθμος (2020)  
(παιδική-εφηβική λογοτεχνία)
- Η Αλίκη κοιτάζει τον καθρέφτη, Στέλλα Μπελιά, εικονογράφηση Ιωάννης Αλεξιάδης, εκδ. Οικογένειες Ουράνιο Τόξο (παιδική-εφηβική λογοτεχνία)





### Comics:

- Το μπλε, είναι το πιο ζεστό χρώμα, MAROH JULIE, εκδ. ΚΨΜ (2013)
- Fun Home: A Family Tragicomic, Alison Bechdel, εκδ. Houghton Mifflin (2007)



### Ταινίες-Σειρές (κάθε τίτλος περιλαμβάνει υπερσύνδεσμο):

- [Moonlight](#)
- [Danish girl](#)
- [Call me by your name](#)
- [Cloudburst](#)
- [Pelo Malo](#)
- [MILK](#)
- [Pose](#) (tv mini series)
- [We are who we are](#) (tv mini series)

### Podcast/συνεντεύξεις/documentaries/διάφορα (κάθε τίτλος περιλαμβάνει υπερσύνδεσμο):

- [Η Πάολα Συναντά τη Δήμητρ@](#)
- [Αόρατη Πόλη «ΛΟΑΤΚΙ+»: Περήφανα και Ορατά»](#)
- [“Τα χρώματα της κοινωνίας”](#)
- [Disclosure](#)

## Επικοινωνία



<https://myfeo.uowm.gr/>



ΜΥΦΕΟ ΠΔΜ



myfeo.uowm.gr-Γραμματεία  
myfeo.psy.gre@uowm.gr-Γρεβενά  
myfeo.psy.kas@uowm.gr-Καστοριά  
myfeo.psy.koz@uowm.gr-Κοζάνη  
myfeo.psy.pt@uowm.gr-Πτολεμαΐδα  
myfeo.psy.flo@uowm.gr-Φλώρινα