

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ

Institut Corse de Formation et
Recherche en Travail Social, Corse -
Γαλλία



ΕΤΑΙΡΟΙ

Civiform Società Cooperativa Sociale,
Cividale del Friuli, Udine - Ιταλία



Πανεπιστήμιο "Petru Maior" του Tirgu
Mures - Ρουμανία



Danmar Computers LLC, Rzeszow -
Πολωνία



Ison Psychometrica, Αθήνα – Ελλάδα



Volkshochschule im Landkreis Cham
Ev - Γερμανία



BEST Institut für berufsbezogene
Weiterbildung und Personaltraining
GmbH Βιέννη—Αυστρία



Info: [http://
danmar-computers.com.pl/sofia](http://danmar-computers.com.pl/sofia)

ΓΙΑΤΙ το πρόγραμμα Sofia;

Σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες είναι σαφές ότι για να μπορούν οι ενήλικες να αποκτήσουν νέες δεξιότητες θα πρέπει οι εκπαιδευτές:

- ♦ να έχουν υπόψη τους ότι οι ενήλικες συχνά έχουν να διαχειριστούν συγκεκριμένα θέματα και προκλήσεις
- ♦ να αναπτύξουν εκπαιδευτικά προγράμματα εξατομικευμένα βάσει των ατομικών διαφορών

ΤΙ ΑΝΑΓΚΕΣ ΚΑΛΥΠΤΕΙ ΤΟ Sofia;

Ορισμένοι ενήλικες συχνά δυσκολεύονται:

- ♦ να συγκεράσουν πληροφορίες στη μνήμη τους για την ολοκλήρωση ενός έργου,
- ♦ να προσαρμόζονται από την μία κατάσταση στην άλλη και να σκέφτονται με ευέλικτο τρόπο
- ♦ να σχεδιάσουν και οργανώσουν την εργασία τους και να διαχειριστούν τις τρέχουσες και μελλοντικές εργασιακές απαιτήσεις.
- ♦ να ελέγχουν τα συναισθήματά τους



sofia

Strategies to Strengthen
Executive Functions in
Adults



Erasmus+

Αυτό το έργο (2017-1-FR01-KA204-037216) χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής επιτροπής. Οι πληροφορίες που περιέχει ανακλούν αποκλειστικά τις απόψεις των συγγραφέων και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση αυτών.

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ SOFIA

- ◆ Erasmus + Πρόγραμμα
- ◆ Βασική δραστηριότητα:
Συνεργασία για την καινοτομία και την ανταλλαγή καλών πρακτικών
- ◆ Πεδίο: Στρατηγική συμμαχία για την επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση
- ◆ Διάρκεια: Σεπτέμβριος 2017 – Δεκέμβριος 2019

ΣΤΟΧΟΙ

Η ενίσχυση των προσωπικών και επαγγελματικών δεξιοτήτων και ικανοτήτων των ενηλίκων, ώστε να μπορούν να εισαχθούν καλύτερα και ευκολότερα στην αγορά εργασίας και την κοινωνία, μέσα από την τόνωση των εκτελεστικών λειτουργιών τους.

Η ανάπτυξη καινοτόμων μεθόδων και εργαλείων που βοηθούν τους ενήλικες να είναι περισσότερο αποτελεσματικοί και να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους.

ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΣ

- ◆ **ΕΝΗΛΙΚΕΣ:** με διαταραχές εκτελεστικών λειτουργιών (EFD) & με φτωχή επίδοση στις εν λόγω λειτουργίες, χωρίς σχετική διάγνωση
- ◆ **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ** που εργάζονται με τους προαναφερόμενους ενήλικες.

Strategies to Strengthen Executive Functions in Adults

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

- ◆ Οδηγός με τα χαρακτηριστικά και τις ανάγκες των ενηλίκων με διαταραχές εκτελεστικών λειτουργιών
- ◆ Μεθοδολογία για την ανάπτυξη/ ενίσχυση/βελτίωση των εκτελεστικών λειτουργιών στους ενήλικες
- ◆ Πρόγραμμα με συγκεκριμένες τεχνικές που βασίζεται στον διαλογισμό και την ενίσχυση της μνήμης.



sofia
STRENGTHEN
EXECUTIVE FUNCTIONS

Ενα σύνολο εργαλείων θα βοηθήσει τους ενήλικες να αποκτήσουν συγκεκριμένες ικανότητες που σχετίζονται με :

- ◆ συναισθηματικό έλεγχο,
- ◆ μνήμη εργασίας,
- ◆ αναστολή,
- ◆ προσαρμοστικότητα ,
- ◆ ευελιξία σκέψης,
- ◆ πρωτοβουλία/ ενεργοποίηση
- ◆ σχεδιασμός/ οργάνωση.

Αυτές οι νέες δεξιότητες θα βοηθήσουν τους ενήλικες να :

- ◆ **ΕΝΣΩΜΑΤΩΘΟΥΝ ΜΕ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΤΡΟΠΟ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΤΟΥΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ**
- ◆ **ΕΝΣΩΜΑΤΩΘΟΥΝ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ.**

Εκδηλώσεις

- ◆ SOFIA ενδιάμεση τοπική εκδήλωση στη χώρα κάθε εταιρού;
- ◆ SOFIA τελική τοπική εκδήλωση στη χώρα κάθε εταιρού.