Co-funded by:

ΣΠΑΜΕ ΤΑ ΔΕΣΜΑ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ

ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Εκπαιδευτικό Υλικό Εκπαιδευτικό Υλικό Παραδοτέου 2.2: Εκπαίδευση Συμβούλων- Ψυχολόγων για την Υποστήριξη Θυμάτων και Μαρτύρων

Δημιουργήθηκε από

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Περιεχόμενα

1. Εκπαιδευτικό Υλικό Παραδοτέου 2.2: Εκπαίδευση Συμβούλων-Ψυχολόγων για την Υποστήριξη Θυμάτων και Μαρτύρων 2

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

1.Εκπαιδευτικό Υλικό Παραδοτέου 2.2: Εκπαίδευση Συμβούλων-Ψυχολόγων για την Υποστήριξη Θυμάτων και Μαρτύρων

Το εκπαιδευτικό υλικό που αξιοποιήθηκε για την υλοποίηση του Παραδοτέου 2.2 σχεδιάστηκε με στόχο την παροχή εξειδικευμένης και πρακτικά εφαρμόσιμης γνώσης σε συμβούλους και ψυχολόγους που στελεχώνουν τις Υπηρεσίες Υποστήριξης των Κέντρων Ημέρας. Η δομή του αναπτύχθηκε σε τρεις διακριτές εκπαιδευτικές ημέρες, με σαφή θεματική και μεθοδολογική αλληλουχία, όπως αποτυπώνεται στις αντίστοιχες παρουσιάσεις.

Κάθε ημέρα περιλάμβανε επιμέρους parts, τα οποία συνοδεύονταν από ειδικά σχεδιασμένα hand-outs και βιωματικές ασκήσεις, προκειμένου να ενισχυθεί η κατανόηση, η εμβάθυνση και η άμεση μεταφορά των γνώσεων στην επαγγελματική πρακτική.

Σε επίπεδο περιεχομένου, το υλικό περιλάμβανε δομημένες θεματικές ενότητες που κάλυπταν το εννοιολογικό και νομικό πλαίσιο της έμφυλης βίας, τον ρόλο και τα όρια του Συμβούλου, την αναγνώριση λεκτικών, συμπεριφορικών και περιβαλλοντικών ενδείξεων, καθώς και τις βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες ψυχολογικές επιπτώσεις στα θύματα.

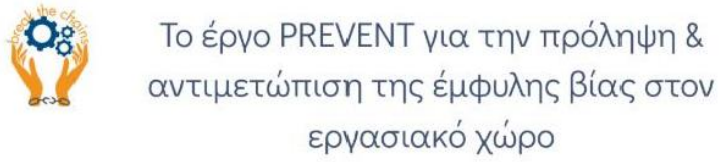
Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στη φροντίδα με ενημερότητα για το τραύμα (trauma-informed care), στις αρχές ασφάλειας, εμπιστοσύνης, επιλογής και ενδυνάμωσης, καθώς και στη διαμόρφωση σαφών πρωτοκόλλων για άμεσα μέτρα, mini-check ασφάλειας, σχέδια ασφάλειας (safety plan) και διαδικασίες κλιμάκωσης. Το υλικό παρείχε συγκεκριμένα εργαλεία (checklists, υποδείγματα αναφοράς, micro-scripts), τα οποία ενίσχυσαν τη λειτουργική επάρκεια των επαγγελματιών στην αντιμετώπιση περιστατικών.

Τέλος, το εκπαιδευτικό υλικό ανέδειξε τη σημασία της ενεργητικής ακρόασης, της δημιουργίας ασφαλούς και υποστηρικτικού περιβάλλοντος, της συστηματικής τεκμηρίωσης και της σταδιακής διαμόρφωσης πλάνου υποστήριξης 4–6 εβδομάδων.
Παράλληλα, ενσωμάτωσε ενότητες σχετικές με την αυτοφροντίδα των επαγγελματιών και τη συλλογική εποπτεία, αναγνωρίζοντας τον κίνδυνο δευτερογενούς τραυματοποίησης. Μέσω της συνδυαστικής αξιοποίησης θεωρητικής τεκμηρίωσης και πρακτικών εργαλείων, το εκπαιδευτικό υλικό λειτούργησε ως ολοκληρωμένο πλαίσιο παρέμβασης, το οποίο παρατίθεται κατωτέρω στο

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

σύνολό του, συνοδευόμενο από τα αντίστοιχα hand-outs και ασκήσεις, προς πλήρη τεκμηρίωση του Παραδοτέου 2.2.



«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

- Εστιάζει στην **πρόληψη** και την **αντιμετώπιση** της έμφυλης βίας στους χώρους εργασίας.
- Υλοποιείται από την **ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ**, με εταίρο την **Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας**.
- Διάρκεια: **12 μήνες**.

Κύριες δράσεις:

- Εργαστήρια για **HR professionals** και **διευθυντικά στελέχη**.
- Εξειδικευμένη **εκπαίδευση συμβούλων και ψυχολόγων**.
- Δημιουργία **ολοκληρωμένων υπηρεσιών** σε Αθήνα, Θεσσαλονίκη & Χαλκίδα.
- Εκστρατείες **ευαισθητοποίησης** και **δημόσιες εκδηλώσεις**.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

Το πλαίσιο του έργου PREVENT

- Το έργο «Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία» υλοποιείται στο πλαίσιο του **προγράμματος PREVENT**.
- Το PREVENT έχει στόχο την **πρόληψη και καταπολέμηση** της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών.
- Υλοποιείται σε Ελλάδα και Κύπρο, με τη **στήριξη οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ)**.
- Συντονιστής: **Ίδρυμα Μποδοσάκη** (Ελλάδα) & **Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ** (Κύπρος).
- Συγχρηματοδότηση: **Ευρωπαϊκή Ένωση (CERV)**, Ίδρυμα Μποδοσάκη, Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Σκοπός του έργου

Ο στόχος μας είναι να συμβάλουμε σε μια ουσιαστική αλλαγή κουλτούρας στους χώρους εργασίας, βασισμένη σε τρεις πυλώνες:

- **Σεβασμός** απέναντι σε κάθε άνθρωπο.
- **Ισότητα ευκαιριών και μεταχείρισης**, ανεξάρτητα από φύλο, ταυτότητα ή ρόλο.
- **Ασφάλεια**, ώστε όλα τα άτομα να εργάζονται χωρίς φόβο, πίεση ή αποκλεισμό.

✨ Οραματιζόμαστε εργασιακούς χώρους με **μηδενική ανοχή στη βία**, όπου τα φαινόμενα διακρίσεων αναγνωρίζονται έγκαιρα, αντιμετωπίζονται με σεβασμό και προλαμβάνονται.

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

Ενώνουμε Δυνάμεις-Σπάμε τα Δεσμά

Η Δύναμη της Συμπερίληψης Ξεκινά Από Εμάς

Χρονοδιάγραμμα Υλοποίησης

Μάιος 25
Εναρκτήρια Εκδήλωση

Ιούνιος-Σεπτέμβριος 25
Εκπαιδεύσεις σε επιχειρήσεις

Οκτώβριος 25-Φεβρουάριος 26
Εκπαίδευση των συμβούλων και δημιουργία υπηρεσιών

Απρίλιος 26
Εκδήλωση Ολοκλήρωσης

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Ερώτηση στην Ομάδα

Τι σημαίνει για εσάς ο όρος *έμφυλη βία;*

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

Ορισμός (σύμφωνα με ΟΗΕ & ΕΕ)

«Κάθε πράξη βίας που στρέφεται εναντίον ενός ατόμου λόγω φύλου ή ταυτότητας φύλου, με πιθανό αποτέλεσμα σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική ή οικονομική βλάβη.»

Τόσο σε ιδιωτικό χώρο (οικογένεια, σχέσεις) όσο και στον δημόσιο/εργασιακό χώρο.

Ερώτηση: «Ποιες από αυτές τις μορφές συναντάτε συχνότερα στον επαγγελματικό σας χώρο;»

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:
Co-funded by the European Union
BODOSSAKI FOUNDATION
NGO SUPPORT CENTRE

Οι κύριες μορφές

- Σωματική βία
- Σεξουαλική βία & παρενόχληση
- Ψυχολογική/λεκτική κακοποίηση
- Οικονομική βία (έλεγχος, αποκλεισμός)
- Διαδικτυακή/ψηφιακή βία

Φορέας Υλοποίησης: iasis
Εταίρος: remind
Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Ας δούμε παραδείγματα σε εργασιακούς χώρους

- Υποτιμητικά σχόλια / σεξιστικά «αστεία»
- Μη ισότιμη ανάθεση καθηκόντων
- Σκόπιμη απομόνωση ή αποκλεισμός
- Εκβιασμοί ή απειλές
- Cyberbullying μέσω email ή social media
- Ερώτηση: «Πώς πιστεύετε ότι νιώθει ένα άτομο που βιώνει μια τέτοια κατάσταση;»

Φορέας Υλοποίησης: iasis
Εταίρος: remind
Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

2η ΕΝΟΤΗΤΑ: Νομικό πλαίσιο & πολιτικές στον χώρο εργασίας

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Ερώτηση στην ομάδα

Τι γνωρίζετε ήδη για την προστασία από την έμφυλη βία στον χώρο εργασίας στην Ελλάδα;

Φορέας Υλοποίησης

Εταίρος

Με τη συγχρηματοδότηση:

Το Διεθνές Πλαίσιο

- **Σύμβαση Κωνσταντινούπολης (2011): δεσμεύει τα κράτη να προλαμβάνουν, να προστατεύουν και να διώκουν πράξεις έμφυλης βίας. Η Ελλάδα την υπέγραψε το 2011 και την κύρωσε το 2018 (Νόμος 4531/2018). Από τότε δεσμεύεται θεσμικά να προλαμβάνει και να καταπολεμά την έμφυλη βία.**
- **ILO - International Labor Organization Convention 190 (2019): πρώτη διεθνής σύμβαση που αναγνωρίζει ότι η βία & παρενόχληση στην εργασία είναι παραβίαση ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Η Ελλάδα την κύρωσε το 2021 (Νόμος 4808/2021). Αυτός ο νόμος ενσωματώνει στο ελληνικό εργατικό δίκαιο διατάξεις για προστασία από βία και παρενόχληση στους χώρους εργασίας.**

«Πώς θα χρησιμοποιούσατε αυτές τις αναφορές για να ενδυναμώσετε ένα άτομο που σας εμπιστεύεται;»

Φορέας Υλοποίησης

Εταίρος

Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Το Εθνικό Πλαίσιο

Ν. 3896/2010: θεσπίζει την ίση μεταχείριση ανδρών & γυναικών σε εργασία, απασχόληση & επαγγελματική εξέλιξη.

Ν. 4808/2021: εισάγει την υποχρέωση εργοδοτών να εφαρμόζουν πολιτικές για την πρόληψη και αντιμετώπιση παρενόχλησης.

Υποχρέωση εργοδότη: ύπαρξη σαφούς κανονισμού, γραμμής αναφοράς, προστασίας θυμάτων και μαρτύρων.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ο σύμβουλος δεν αντικαθιστά τον νομικό, αλλά χρειάζεται να κατανοεί τις βασικές νομικές γραμμές για να καθοδηγήσει σωστά.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Ο Ρόλος του Συμβούλου

Οφείλει **να γνωρίζει το πλαίσιο** ώστε να μεταφράζει τα δικαιώματα σε απλή, κατανοητή γλώσσα για το θύμα.

Βοηθά το άτομο να δει τις **επιλογές** του: εσωτερική αναφορά, στήριξη, παραπομπή σε αρμόδιες αρχές.

Δίνει έμφαση στην **ενδυνάμωση** και την **αυτονομία**: το θύμα αποφασίζει πώς θα προχωρήσει.

Ο ρόλος του είναι να είναι **γέφυρα** ανάμεσα στο άτομο και στους διαθέσιμους μηχανισμούς (νομικούς, θεσμικούς, οργανωτικούς).

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ας Παίξουμε!

Έχετε μπροστά σας το κείμενο Πολιτικής μιας Εταιρίας για την Παρενόχληση. Εντοπίστε τι λείπει και πώς θα το βελτιώνατε

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Μια ολοκληρωμένη Πολιτική Εταιρίας περιλαμβάνει:

Σαφή ορισμό: Τι θεωρείται έμφυλη βία, παρενόχληση, σεξιστική συμπεριφορά.

Διαδικασία αναφοράς: Πολλαπλά και ασφαλή κανάλια (π.χ. ανώνυμη γραμμή, σύμβουλος).

Χρονοδιάγραμμα και υπεύθυνοι: Ποιος λαμβάνει τις αναφορές και σε ποιον χρόνο αντιδρά.

Προστασία θυμάτων και μαρτύρων: Καμία ανοχή σε αντίποινα.

Κυρώσεις και συνέπειες: Πειθαρχικά μέτρα, παραπομπή σε αρχές.

Εκπαίδευση και ενημέρωση: Συνεχής ευαισθητοποίηση προσωπικού και διοίκησης.

Ρόλος Συμβούλου/υποστήριξης: Παροχή εμπιστευτικής καθοδήγησης και παραπομπής σε υπηρεσίες.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Συνεπώς...

Όταν διαβάζουμε μια πολιτική σε μια εταιρία, αναζητούμε αν καλύπτει αυτούς τους άξονες. Αν κάτι λείπει, τότε το πλαίσιο προστασίας είναι **ανεπαρκές** και ο ρόλος μας ως Σύμβουλοι είναι να το **αναδείξουμε** και να το **συμπληρώσουμε** με πρακτική στήριξη προς το θύμα, ή προς την ίδια την εταιρία.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

3η ΕΝΟΤΗΤΑ: Αναγνώριση ενδείξεων και συμπεριφορών

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ερώτηση στην ομάδα

Πώς καταλαβαίνουμε ότι κάποιος/α μπορεί να βιώνει έμφυλη βία, ακόμη κι αν δεν το λέει;

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

Λεκτικά σημάδια

- Συχνές αναφορές σε «αστεία» που περιέχουν φόβο ή σεξισμό
- Υποτιμητικά σχόλια που επαναλαμβάνονται
- Μειωμένη συμμετοχή στη συζήτηση, αποφυγή τοποθέτησης
- Επανειλημμένες αναφορές σε «προβλήματα με συνάδελφο/προϊστάμενο»

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Συμπεριφορικά μοτίβα

- Απομόνωση από την ομάδα
- Υπερβολική υποτακτικότητα ή υπερ-προσαρμογή
- Συνεχής ανάγκη «να ζητά άδεια» ή να απολογείται
- Συχνά παραιτείται από αιτήματα/δικαιώματα

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Παράγοντες κινδύνου στο περιβάλλον εργασίας

- Ανδροκρατούμενη κουλτούρα χωρίς μηχανισμούς αναφοράς
- Ανεκτικότητα σε «σεξιστικά αστεία»
- Έλλειψη πολιτικών ισότητας
- Υψηλά επίπεδα ιεραρχίας/εξουσίας χωρίς έλεγχο

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ας Παίξουμε!

Διαβάστε τα σενάρια και συζητήστε:

Ποια red flags εντοπίζετε; Τι θα κάνατε ως Σύμβουλοι;

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

4η ΕΝΟΤΗΤΑ: Ψυχολογικές επιπτώσεις της έμφυλης βίας στα θύματα

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ερώτηση στην ομάδα

Ποια είναι η πρώτη συνέπεια που σας έρχεται στο μυαλό όταν ακούτε για θύμα έμφυλης βίας στον χώρο εργασίας;

Φορείς Υλοποίησης: iasis — Εταίρος: remind — Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Βραχυπρόθεσμες επιπτώσεις

- Άγχος, πανικός, φόβος
- Δυσκολία συγκέντρωσης, μείωση απόδοσης
- Απουσίες από εργασία
- Ντροπή, ενοχή, αυτομομφή

Φορείς Υλοποίησης: iasis — Εταίρος: remind — Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Μακροπρόθεσμες επιπτώσεις

- Κατάθλιψη, χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD)
- Δυσκολία εμπιστοσύνης σε σχέσεις / φοβία ιεραρχίας
- Σωματοποίηση (πονοκέφαλοι, στομαχικά προβλήματα)

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

Επιπτώσεις στην επαγγελματική ζωή

- Μείωση συμμετοχής σε ομάδες/έργα
- Επαγγελματική στασιμότητα ή παραιτήσεις
- Αίσθηση αποκλεισμού από ευκαιρίες
- Κίνδυνος για φαινόμενα "σιωπηλής αποχώρησης" (quiet quitting)

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Ο ρόλος του Συμβούλου

- Αναγνώριση των επιπτώσεων χωρίς ερμηνεία/κατηγορία
- Παροχή ασφαλούς χώρου για έκφραση συναισθημάτων
- Ενίσχυση ανθεκτικότητας και αυτονομίας
- Παραπομπή σε εξειδικευμένες υπηρεσίες (ψυχολόγο, ψυχίατρο) όπου απαιτείται

Ας Παίξουμε!

Empathy Walk

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

«Αν δεν υπάρχουν εμφανή σημάδια (π.χ. μώλωπες), δεν υπάρχει κακοποίηση.»

«Η έμφυλη βία στον εργασιακό χώρο είναι σπάνια και αφορά μόνο ακραίες περιπτώσεις.»

«Η υποστήριξη θυμάτων είναι δουλειά της αστυνομίας ή του νομικού συστήματος, όχι των συμβούλων.»

«Η εμπιστευτικότητα σημαίνει ότι δεν μιλάμε ποτέ σε κανέναν, ό,τι κι αν μας αποκαλυφθεί.»

«Τα θύματα που δεν μιλούν αμέσως, μάλλον υπερβάλλουν ή δεν έχουν σοβαρό πρόβλημα.»

Η έμφυλη βία περιλαμβάνει σωματική, ψυχολογική, σεξουαλική, οικονομική και ψηφιακή μορφή.

Η έμφυλη βία μπορεί να εκδηλωθεί «σιωπηλά» στον εργασιακό χώρο (μικρο-επιθέσεις, αποκλεισμός, λεκτικά σχόλια).

Οι σύμβουλοι έχουν καθοριστικό ρόλο: δημιουργούν ασφαλές πλαίσιο, αναγνωρίζουν ενδείξεις, παραπέμπουν σε υπηρεσίες.

Η εμπιστευτικότητα είναι βασική αρχή, αλλά υπάρχουν όρια όταν τίθεται σε κίνδυνο η ζωή/ασφάλεια του ατόμου.

Η καθυστερημένη αποκάλυψη είναι συχνή λόγω φόβου, ντροπής ή ενοχής → δεν μειώνει τη σοβαρότητα.

«Αν δεν υπάρχουν εμφανή σημάδια (π.χ. μώλωπες), δεν υπάρχει κακοποίηση.»	Η έμφυλη βία περιλαμβάνει σωματική, ψυχολογική, σεξουαλική, οικονομική και ψηφιακή μορφή.
«Η εμπιστευτικότητα σημαίνει ότι δεν μιλάμε ποτέ σε κανέναν, ό,τι κι αν μας αποκαλυφθεί.»	Η εμπιστευτικότητα είναι βασική αρχή, αλλά υπάρχουν όρια όταν τίθεται σε κίνδυνο η ζωή/ασφάλεια του ατόμου.
«Η έμφυλη βία στον εργασιακό χώρο είναι σπάνια και αφορά μόνο ακραίες περιπτώσεις.»	Η έμφυλη βία μπορεί να εκδηλωθεί «σιωπηλά» στον εργασιακό χώρο (μικρο-επιθέσεις, αποκλεισμός, λεκτικά σχόλια).
«Τα θύματα που δεν μιλούν αμέσως, μάλλον υπερβάλλουν ή δεν έχουν σοβαρό πρόβλημα.»	Η καθυστερημένη αποκάλυψη είναι συχνή λόγω φόβου, ντροπής ή ενοχής → δεν μειώνει τη σοβαρότητα.
«Η υποστήριξη θυμάτων είναι δουλειά της αστυνομίας ή του νομικού συστήματος, όχι των συμβούλων.»	Οι σύμβουλοι έχουν καθοριστικό ρόλο: δημιουργούν ασφαλές πλαίσιο, αναγνωρίζουν ενδείξεις, παραπέμπουν σε υπηρεσίες.

Πολιτική για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Παρενόχλησης

- Η εταιρεία μας δεσμεύεται να παρέχει ένα περιβάλλον εργασίας απαλλαγμένο από παρενόχληση.
- Όλοι οι εργαζόμενοι οφείλουν να σέβονται ο ένας τον άλλο και να αποφεύγουν συμπεριφορές που θα μπορούσαν να θεωρηθούν προσβλητικές.
- Σε περίπτωση περιστατικού, ο εργαζόμενος μπορεί να ενημερώσει τον/την άμεσο προϊστάμενό του/της.
- Η εταιρεία θα εξετάσει την αναφορά και θα λάβει τα απαραίτητα μέτρα.

❌ Τι λείπει από το κείμενο (ώστε οι Σύμβουλοι να το εντοπίσουν);

- **Σαφής ορισμός**: Δεν υπάρχει σαφής ορισμός έμφυλης βίας/παρενόχλησης.
- **Μηχανισμοί αναφοράς**: Δεν προβλέπεται ανώνυμη/εναλλακτική γραμμή καταγγελίας.
- **Χρονοδιάγραμμα/διαδικασία**: Δεν ορίζεται πώς, πότε και ποιος εξετάζει την αναφορά.
- **Προστασία καταγγέλλοντος/μαρτύρων**: Καμία πρόβλεψη ενάντια σε αντίποινα.
- **Συνέπειες/κυρώσεις**: Δεν καθορίζονται πειθαρχικά ή νομικά μέτρα.
- **Εκπαίδευση προσωπικού**: Δεν υπάρχει αναφορά σε ενημέρωση/εκπαίδευση.
- **Ρόλος Συμβούλου**: Δεν περιγράφεται καθόλου πώς στηρίζονται τα θύματα.

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Σενάριο 1 – Η Μαρία και τα "αστεία"

Η Μαρία, 28 ετών, δουλεύει σε τμήμα με κυρίως άντρες συναδέλφους. Στα meetings συχνά της λένε «εσύ θα μας φτιάξεις καφέδες» ή «μην αγχώνεσαι, για PowerPoint καλή είσαι». Εκείνη γελάει αμήχανα και δεν αντιδρά, αλλά έχει αρχίσει να μιλάει όλο και λιγότερο.

👉 Ερώτηση: Ποια red flags βλέπετε; Πώς θα μπορούσε να προσεγγιστεί;

Σενάριο 2 – Ο Νίκος που αποσύρεται

Ο Νίκος, 35 ετών, τα τελευταία δύο μήνες αποφεύγει συστηματικά να συμμετέχει στις συζητήσεις, δείχνει νευρικός όταν ένας συγκεκριμένος προϊστάμενος βρίσκεται στον χώρο και έχει αρχίσει να ζητάει αναρρωτικές άδειες πιο συχνά. Σε κατ' ιδίαν συζήτηση, απαντά μονολεκτικά και αποφεύγει την οπτική επαφή.

👉 Ερώτηση: Τι σημάδια αναγνωρίζετε; Ποιες πιθανές υποθέσεις μπορούμε να κάνουμε;

Σενάριο 3 – Η Ελένη που απολογείται

Η Ελένη, 40 ετών, ζητάει συνέχεια συγγνώμη για μικρά λάθη ή καθυστερήσεις, ακόμα κι όταν δεν φταίει. Συχνά επαναλαμβάνει τη φράση «ο προϊστάμενος μου δεν θα το εγκρίνει αυτό» πριν κάνει οτιδήποτε. Μια φορά είπε χαριτολογώντας ότι «αν δεν είμαι στην ώρα μου, θα γίνει χαμός στο γραφείο».

👉 Ερώτηση: Ποιες συμπεριφορές θεωρούνται red flags; Τι θα διερευνούσατε ως Σύμβουλος;

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Empathy Walk

- Ομάδες των 2–3 ατόμων.
- Σενάριο: «Σκεφτείτε μια μέρα στη ζωή ενός εργαζομένου που έχει βιώσει παρενόχληση ή βία».
- Κάθε ομάδα φτιάχνει μια μικρή "διαδρομή": πρωί → στη δουλειά → συνάντηση με συνάδελφο → επιστροφή στο σπίτι.
- Συζήτηση: Ποια συναισθήματα αναδύθηκαν; Τι δυσκολίες αναγνωρίσατε;

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Τι κρατάμε από τη σημερινή μέρα

- **Κατανοήσαμε** τον ορισμό και τις μορφές της έμφυλης βίας.
- **Εξετάσαμε** το διεθνές και εθνικό νομικό πλαίσιο & τις πολιτικές εργασίας.
- **Μάθαμε** να αναγνωρίζουμε ενδείξεις και συμπεριφορές (λεκτικά, μη λεκτικά, περιβαλλοντικά).
- **Αναγνωρίσαμε** τις βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες ψυχολογικές επιπτώσεις στα θύματα.
- **Συζητήσαμε** τον ρόλο του Συμβούλου ως παρατηρητή, συνοδοιπόρου και γέφυρας με τις υπηρεσίες.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

Ανατροφοδότηση για την μέρα

- Πώς μπορούμε ως Σύμβουλοι να ακούμε πίσω από τα λόγια;
- Ποιο είναι το όριο ανάμεσα στην κατανόηση και στην επαγγελματική μας ουδετερότητα;
- Τι από όλα όσα ακούσαμε σήμερα θεωρείτε πιο χρήσιμο για τη δική σας επαγγελματική πρακτική;

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

2η ημέρα

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

1η ΕΝΟΤΗΤΑ: Ενεργητική ακρόαση & ενσυναίσθηση

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:
Co-funded by the European Union
BODOSSAKI FOUNDATION
NGO SUPPORT CENTRE

Ερώτηση στην Ομάδα

Πότε ήταν η τελευταία φορά που νιώσατε πραγματικά ότι κάποιος σας άκουσε; Τι έκανε διαφορετικά;

Φορέας Υλοποίησης iasis
Εταίρος remind
Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

Τι είναι η ενεργητική ακρόαση

Η **ικανότητα** να ακούς όχι μόνο τα λόγια, αλλά και τα συναισθήματα και τα μη λεκτικά μηνύματα.

Περιλαμβάνει:

Σωστή στάση σώματος (γλώσσα σώματος)	Χρήση μικρών λεκτικών επιβεβαιώσεων («καταλαβαίνω», «σε ακούω»)	Αναδιατύπωση και ανακεφαλαίωση	Σιωπή – δίνουμε χώρο

Φορέας Υλοποίησης iasis
Εταίρος remind
Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ας παίξουμε!

Active Listening Drill

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Ανατροφοδότηση

- Πώς νιώσατε όταν σας άκουγαν με ενεργητική ακρόαση;
- Ποια στοιχεία ήταν πιο δύσκολο να εφαρμόσετε;

Ενεργητική ακρόαση = θεμέλιο για χτίσιμο εμπιστοσύνης.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

2η ΕΝΟΤΗΤΑ: Παροχή ασφαλούς & υποστηρικτικού περιβάλλοντος

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Ερώτηση στην Ομάδα

Αν σας έλεγα να περιγράψετε το πιο ασφαλές περιβάλλον που βρεθήκατε ποτέ, τι χαρακτηριστικά είχε;

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Τι σημαίνει «ασφαλές & υποστηρικτικό περιβάλλον»; Το πλαίσιο_ α΄ μέρος

- Δεν είναι μόνο ο φυσικός χώρος.
- Είναι και οι **διαδικασίες** και η **σχέση** με τον/την Σύμβουλο.
- Κάθε επίπεδο αλληλοεπιδρά με τα άλλα.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Τα 3 επίπεδα ασφάλειας

Χώρος (physical): πώς είναι φτιαγμένο το δωμάτιο.

Διαδικασία (procedural): πώς γίνονται τα βήματα στη συνεδρία.

Σχέση (relational): πώς χτίζεται εμπιστοσύνη & αίσθηση ασφάλειας.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ας Παίξουμε!

Στις ομάδες σας βρείτε 3 στοιχεία που ορίζουν το δικό σας επίπεδο ασφάλειας.

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

Παράδειγμα χώρου, διαδικασίας, σχέσης

- **Χώρος**: καρέκλες στο ίδιο ύψος, έξοδος ορατή, ουδέτερη διακόσμηση.
- **Διαδικασία**: σαφήνεια στα όρια εμπιστευτικότητας, προβλεψιμότητα πρώτων λεπτών /σταθερή ρουτίνα
- **Σχέση**: στάση χωρίς κριτική, ενεργητική ακρόαση, μικρές επιλογές για ανάκτηση ελέγχου (π.χ. «Θέλεις να καθίσεις σε αυτή την καρέκλα ή στην άλλη;» «Θέλεις να είναι η πόρτα ανοιχτή ή κλειστή;»)

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Η προβλεψιμότητα των πρώτων λεπτών και η σημαντικότητά τους

- Καλωσόρισμα με **ίδιο τρόπο** κάθε φορά.
- Σύντομη εξήγηση των **ορίων εμπιστευτικότητας** (π.χ. «Ό,τι πούμε μένει εδώ εκτός αν...»).
- Ενημέρωση για το **πώς θα κυλήσει η συνάντηση** («Σήμερα θα έχουμε περίπου 45', μπορούμε να ξεκινήσουμε με ό,τι νιώθεις πιο σημαντικό»).
- Μικρή ερώτηση **«Είναι εντάξει για σένα να ξεκινήσουμε;»** → δίνει την αίσθηση επιλογής.

Όταν το άτομο ξέρει τι να περιμένει στα πρώτα λεπτά, μειώνεται το άγχος και αυξάνεται η αίσθηση ασφάλειας.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης | ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ | NGO SUPPORT CENTRE

Φροντίδα «ενήμερη για τραύμα» - β μέρος

- Προσέγγιση που αναγνωρίζει τον αντίκτυπο του τραύματος.
- Στόχος: **αποφυγή επανατραυματοποίησης**.
- Εστιάζει σε: **ασφάλεια – εμπιστοσύνη – ενδυνάμωση**.

Τι πιστεύετε ότι μπορεί να επανατραυματίσει ένα θύμα μέσα σε μια συμβουλευτική συνεδρία;

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης | ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ | NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Οι 5 βασικές αρχές της

- **Ασφάλεια** – ψυχική & σωματική.
- **Εμπιστοσύνη & διαφάνεια** – τίποτα "κρυφό".
- **Επιλογή** – μικρές αποφάσεις στον/στην ωφελούμενο.
- **Συνεργασία** – «μαζί», όχι «για λογαριασμό».
- **Ενδυνάμωση** – αναγνώριση δυνάμεων, όχι μόνο προβλημάτων.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ

Στην πράξη

- **Εξηγούμε** εκ των προτέρων τι θα γίνει στη συνεδρία.
- **Δίνουμε επιλογές** (πόρτα, θέση, χρόνος).
- **Χρησιμοποιούμε ουδέτερη γλώσσα** (χωρίς «γιατί»).
- **Σεβόμαστε** τα όρια του τι θέλει να αποκαλύψει.
- **Συν-δημιουργούμε** σχέδιο ασφάλειας όπου χρειάζεται.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ερώτηση στην Ομάδα

Από τις 5 αρχές, ποια(ες) νιώθετε ότι εφαρμόζετε ήδη στη δουλειά σας και ποια(ες) χρειάζεται περισσότερη προσοχή;

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ | NGO SUPPORT CENTRE

Ας Παίξουμε!

Αλλάξτε τα σενάρια σε φροντιστικά τραύματος!
Κάντε χρήση των 5 αρχών!

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ | NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

CHECK IN

Διαδικασία πρώτης υποδοχής – γ΄ μέρος

Γιατί είναι κρίσιμα τα πρώτα λεπτά

- Δημιουργούν πρώτη εντύπωση **ασφάλειας**.
- Θέτουν το **πλαίσιο** εμπιστευτικότητας & συνεργασίας.
- Μπορούν να **μειώσουν** το άγχος και την αβεβαιότητα.

Τι θα έκανε εσάς να νιώσετε ασφάλεια από το πρώτο λεπτό;

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

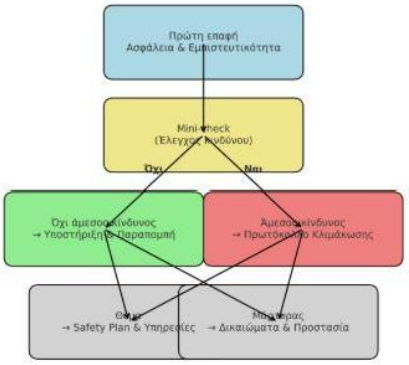
BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Πλέγμα αποφάσεων για τα «μεσα Μέτρα»



Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

Σενάριο υποδοχής

«Καλώς ήρθες. Ο ρόλος μου είναι να σε **ακούσω** και να σε **στηρίξω** με **ασφάλεια**. Ό,τι πούμε είναι εμπιστευτικό, **εκτός** αν κινδυνεύεις εσύ ή κάποιος άλλος — τότε θα το συζητήσουμε **μαζί** για τα επόμενα βήματα.

Θέλεις η πόρτα να είναι μισάνοιχτη ή κλειστή; **Θέλεις** νερό ή καφέ;»

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:
Co-funded by the European Union
BODOSSAKI FOUNDATION
NGO SUPPORT CENTRE
break the chains
iasis remind

Mini-check ασφάλειας για Συμβούλους (4 ερωτήσεις κλειδιά)

- **Νιώθεις ασφαλής αυτή τη στιγμή;**
- **Υπάρχει κάποιος που σε απειλεί τώρα στη δουλειά ή στο σπίτι;**
- **Χρειάζεσαι άμεσα ιατρική ή άλλη βοήθεια;**
- **Έχεις ασφαλές μέσο να γυρίσεις από εδώ;**

Φορέας Υλοποίησης iasis
Εταίρος remind
Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Mini-check ασφάλειας για Συμβούλους (Οδηγίες)

Αν σε αυτές τις ερωτήσεις προκύψει «ναι» σε σοβαρό κίνδυνο (π.χ. άμεση απειλή, σοβαρή σωματική βλάβη), τότε ο Σύμβουλος **δεν μένει στο ρόλο του μόνο ακροατή**:

- Ενεργοποιεί το **πρωτόκολλο κλιμάκωσης** της υπηρεσίας (π.χ. ενημέρωση υπεύθυνου, επικοινωνία με αρχές, παραπομπή).
- Διασφαλίζει ότι το άτομο **δεν μένει μόνο** ή εκτεθειμένο.

Είναι δηλαδή ένα **"γρήγορο φίλτρο κινδύνου"** που βοηθάει τον Σύμβουλο να ξέρει αν μπορεί να συνεχίσει τη συνεδρία ως υποστηρικτική συζήτηση ή αν πρέπει να γίνει **άμεση κινητοποίηση**.

Φορέας Υλοποίησης iasis
Εταίρος remind
Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

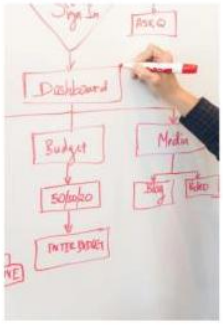
«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Mini-check ασφάλειας για Συμβούλους (Οδηγίες)

Επεξεργαστείτε όλοι/ες μαζί το Υπόδειγμα Πρωτοκόλλου Κλιμάκωσης για Εταιρείες. Εμπλουτίστε το κατά την αντίληψή σας.

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Πρωτόκολλα & Εργαλεία– δ΄ μέρος



Γιατί χρειαζόμαστε πρωτόκολλα & εργαλεία;

- Διασφαλίζουν **συνέπεια** στη διαχείριση περιστατικών.
- **Προστατεύουν** θύμα, μάρτυρες και Συμβούλους.
- Χτίζουν **εμπιστοσύνη** στην Υπηρεσία.

Χωρίς σαφή πρωτόκολλα, υπάρχει κίνδυνος λάθους ή αβεβαιότητας

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Πρωτόκολλο Κλιμάκωσης (Immediate Risk)

Αφορά την **Υπηρεσία** (δηλαδή τους Συμβούλους και το πλαίσιο στο οποίο εργάζονται), όχι την επιχείρηση του θύματος.

Βήματα

1. Αναγνώριση «κόκκινης σημαίας» (mini-check ασφάλειας).
2. Διατήρηση ασφάλειας χώρου (δεν μένει μόνο το άτομο).
3. Ενημέρωση & συναίνεση («Θα χρειαστεί να ενεργοποιήσουμε κάποια βήματα για την ασφάλειά σου»).
4. Επικοινωνία με υπεύθυνο/αρμόδιες αρχές.
5. Τεκμηρίωση ουδέτερη (γεγονότα, όχι ερμηνείες).
6. Debrief ομάδας εντός 24 ωρών.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Safety Plan (Σχέδιο Ασφάλειας)

- Αφορά το **Θύμα** και καταρτίζεται με τον Σύμβουλο
- Checklist
  1. Σημεία επαφής (οικεία, HR, νομική στήριξη).
  2. Κωδικός λέξης για βοήθεια.
  3. Διαδρομή διαφυγής στο κτίριο.
  4. Αντίγραφα εγγράφων σε ασφαλές σημείο.
  5. Ψηφιακή Ασφάλεια (Digital safety)

Στόχος: **να νιώσει το θύμα ότι έχει επιλογές και έλεγχο.**

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Digital safety

- Με το **Digital safety** εννοούμε την **ψηφιακή ασφάλεια** του θύματος. Δηλαδή, μέτρα που προστατεύουν τα προσωπικά του δεδομένα και την επικοινωνία του, γιατί πολλές φορές ο θύτης μπορεί να τα παρακολουθεί ή να τα παραβιάζει.

- <u>Σημεία προσοχής</u>

1. Αλλαγή κωδικών σε email, social media, εφαρμογές εργασίας.
2. Διπλή επαλήθευση (2FA/Two-Factor Authentication) σε όλες τις κρίσιμες εφαρμογές.
3. Έλεγχος ρυθμίσεων ιδιωτικότητας (π.χ. τοποθεσία, κοινή χρήση εγγράφων).
4. Δημιουργία ξεχωριστού email για επικοινωνία με την Υπηρεσία.
5. Αποθήκευση αρχείων σε προστατευμένο ή κρυπτογραφημένο χώρο.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Υποστήριξη Μαρτύρων

- Ακρόαση **χωρίς πίεση** να καταγγείλουν.
- **Ενημέρωση** για δικαιώματα & προστασία από αντίποινα.
- Επιλογές αναφοράς: **ανώνυμη/εσωτερική**.
- Safety plan και για μάρτυρες, αν **κινδυνεύουν**.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Συμπερίληψη & Προσβασιμότητα

- Διερμηνεία όπου χρειάζεται.
- Απλή γλώσσα, έντυπα σε μορφές προσβάσιμες.
- Ρυθμίσεις για άτομα στο φάσμα (φως, θόρυβος).
- Gender-affirming πρακτικές (όνομα, αντωνυμίες).

Φορέας Υλοποίησης Εταίρος Με τη συγχρηματοδότηση:

Ας παίξουμε!

Φτιάξτε τα εργαλεία σας

Φορέας Υλοποίησης Εταίρος Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

3η ΕΝΟΤΗΤΑ: Άμεσα μέτρα όταν εμφανιστεί θύμα ή μάρτυρας

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Εισαγωγικά

Ο Σύμβουλος μπορεί να είναι ο **πρώτος** άνθρωπος στον οποίο γίνεται η αποκάλυψη.

Τα πρώτα λεπτά είναι **καθοριστικά**: δείχνουν εμπιστοσύνη ή αποθαρρύνουν για πάντα.

Στόχος: προστασία – ασφάλεια – υποστήριξη.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Για το θύμα

Άμεσα μέτρα:

- Δημιουργώ αίσθηση **ασφάλειας** (χώρος, τόνος φωνής, επιλογές).
- Εξηγώ **όρια εμπιστευτικότητας**.
- Κάνω **mini-check ασφάλειας**.
- Καταγράφω μόνο τα απολύτως **απαραίτητα**.
- Προσφέρω **επιλογές**: π.χ. παραπομπή σε νομική, ιατρική, ψυχολογική υποστήριξη.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Για τον μάρτυρα

Ακούω χωρίς να πιέζω να γίνει επίσημη καταγγελί
Επιβεβαιώνω ότι έχει **δικαίωμα** να αναφέρει χωρ
αντίποινα.
Δίνω επιλογές: ανώνυμη, εσωτερική ή επίσημη αναφορά.
Αν κινδυνεύει, φτιάχνω και για αυτόν **safety plan**.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Ερωτήσεις στην ομάδα

- Ποιο εργαλείο από αυτά που φτιάξαμε σήμερα θα χρησιμοποιηθεί πιο συχνά στην πράξη;
- Τι χρειάζεται ακόμα για να είναι εφαρμόσιμα στην Υπηρεσία;

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Κλείνοντας...

Γράψτε σε post-it:

- *1 δεξιότητα που νιώθετε ότι ενίσχυσατε σήμερα.*
- *1 πρακτικό βήμα που θέλετε να εφαρμόσετε άμεσα στην Υπηρεσία.*
- *Ελάτε να δημιουργήσουμε τον «Τοίχο Μάθησης»!*

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:
Co-funded by the European Union
BODOSSAKI FOUNDATION
NGO SUPPORT CENTRE
break the chains
iasis remind

Active Listening Drill

Mini scenarios για Role Play

Σενάριο 1 – Ο φόβος της αποκάλυψης

«Κάποιος στη δουλειά με προσβάλλει συνέχεια μπροστά στους άλλους. Δεν τολμώ να μιλήσω γιατί φοβάμαι ότι θα με πουν υπερβολικά/ή.»

Σενάριο 2 – Υποτίμηση

«Κάθε φορά που προτείνω κάτι σε meeting, ο προϊστάμενος το αγνοεί ή κάνει ειρωνικά σχόλια. Νιώθω ότι δεν με σέβονται.»

Σενάριο 3 – Σωματικά συμπτώματα

«Έχω αρχίσει να ξυπνάω με πονοκέφαλο πριν πάω στη δουλειά. Σκέφτομαι να παραιτηθώ, αλλά δεν μπορώ να το αντέξω οικονομικά.»

Σενάριο 4 – Φόβος απώλειας εργασίας

«Με απείλησαν ότι αν μιλήσω για όσα συμβαίνουν, θα χάσω τη δουλειά μου. Δεν ξέρω τι να κάνω.»

Σενάριο 5 – Αποκάλυψη με αμφιβολία

«Δεν ξέρω αν αυτό που βιώνω θεωρείται παρενόχληση… Απλώς με κάνουν να αισθάνομαι μικρός/ή και άχρηστος/η.»

👉 **Οδηγία role play:**

- Ένας παίζει τον ρόλο του «θύματος» που λέει το σενάριο.
- Ο άλλος εφαρμόζει ενεργητική ακρόαση (αναδιατύπωση, επιβεβαίωση συναισθήματος, σιωπή, ανοιχτές ερωτήσεις).
- Σύντομη ανατροφοδότηση στην ολομέλεια: *Τι ένιωσε το "θύμα"; Τι δούλεψε καλά στη στάση του Συμβούλου;*

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Σενάριο 1 – Υποβάθμιση εμπειρίας

- ❌ Σύμβουλος: «Α, αυτά συμβαίνουν σε όλες τις δουλειές, μην τα παίρνεις τόσο σοβαρά.»
- 👉 Επαναδιατύπωση με Φροντίδα τραύματος

Σενάριο 2 – Έλλειψη εμπιστευτικότητας

- ❌ Σύμβουλος: «Πρέπει να το πω στη διοίκηση τώρα, αλλιώς δεν μπορώ να σε βοηθήσω.»
- 👉 Βρείτε πώς διατυπώνουμε την ίδια ανάγκη με σεβασμό και ασφάλεια.

Σενάριο 3 – Πίεση για λεπτομέρειες

- ❌ Σύμβουλος: «Πες μου ακριβώς ποιος, τι ώρα και τι σου είπε, αλλιώς δεν γίνεται να κάνω τίποτα.»
- 👉 Μετατρέψτε το σε φροντίδα (δίνουμε χώρο, όχι πίεση).

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Υπόδειγμα Πρωτοκόλλου Κλιμάκωσης (Immediate Risk Protocol)/ Εταιρείας

Βήμα 1 – Αναγνώριση

- Κατά το mini-check προκύπτει ότι υπάρχει **άμεση απειλή** για το θύμα ή τρίτο πρόσωπο.
- Καταγράφεται ως «Κόκκινη σημαία».

Βήμα 2 – Διατήρηση ασφάλειας χώρου

- Διασφαλίζουμε ότι το άτομο **δεν μένει μόνο**.
- Κρατάμε τον τόνο ήρεμο, χωρίς πανικό ή πίεση.
- Δεν κατηγορούμε, δεν πιέζουμε για λεπτομέρειες.

Βήμα 3 – Ενημέρωση & Συναίνεση

- Εξηγούμε: «Από αυτά που μου λες καταλαβαίνω ότι υπάρχει κίνδυνος. Για την ασφάλεια σου, θα χρειαστεί να ενεργοποιήσουμε συγκεκριμένα βήματα. Θα το κάνουμε μαζί.»

Βήμα 4 – Ενεργοποίηση αρμοδίων

- Επικοινωνούμε με τον/την **υπεύθυνο/η της Υπηρεσίας** (π.χ. συντονιστή βάρδιας).
- Αν απαιτείται, καλούμε **112 ή άλλες αρχές** σύμφωνα με το πρωτόκολλο φορέα.
- Δεν αφήνουμε τον/την Σύμβουλο μόνο να διαχειριστεί την κρίση.

Βήμα 5 – Τεκμηρίωση

- Καταγράφουμε μόνο τα απολύτως απαραίτητα (γεγονότα, ώρα, ενέργειες).
- Χρησιμοποιούμε **ουδέτερη γλώσσα**, όχι αξιολογική (π.χ. «ανέφερε ότι…»).

Βήμα 6 – Debrief & Φροντίδα

- Ομάδα Συμβούλων κάνει σύντομο **debrief εντός 24 ωρών**.
- Αναγνωρίζουμε το πιθανό δευτερογενές τραύμα στους επαγγελματίες.
- Προσφέρεται εποπτεία ή ψυχολογική υποστήριξη.

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Άσκηση Ομάδων – «Φτιάξε το εργαλείο σου»

Στόχος

Οι Σύμβουλοι να σχεδιάσουν πρακτικά **mini-εργαλεία** (πρωτόκολλο, safety plan, υποστήριξη μαρτύρων, ψηφιακή ασφάλεια) ώστε να τα έχουν έτοιμα προς χρήση στην Υπηρεσία.

Οδηγίες Εκπαιδευτή

1. **Χωρισμός ομάδων**: 4 ομάδες, κάθε ομάδα παίρνει 1 θέμα.
   - Ομάδα 1 → **Immediate Risk Protocol (κλιμάκωση)**
   - Ομάδα 2 → **Safety Plan** (θύμα)
   - Ομάδα 3 → **Υποστήριξη Μαρτύρων**
   - Ομάδα 4 → **Ψηφιακή Ασφάλεια**
2. **Χρόνος εργασίας**: 20 λεπτά
   - Κάθε ομάδα πρέπει να φτιάξει μια **λίστα 5–6 βημάτων/σημείων**.
   - Να είναι σε μορφή **checklist** ή **μικρού οδηγού**.
3. **Παρουσίαση**: 5 λεπτά ανά ομάδα στην ολομέλεια.
4. **Σύνθεση**: Ο εκπαιδευτής συγκεντρώνει τις λίστες → δημιουργείται το **Toolkit της Υπηρεσίας**.

Παραδείγματα για να τους δώσεις έναυσμα

- Immediate Risk → «Τι κάνω όταν το mini-check δείχνει κίνδυνο;»
- Safety Plan → «Τι πρέπει να έχει πάντα μαζί του το θύμα;»
- Μάρτυρες → «Πώς ακούω χωρίς να πιέζω;»
- Digital Safety → «Ποια 5 online βήματα αυξάνουν την ασφάλεια;»

Με αυτόν τον τρόπο:

- Οι Σύμβουλοι **δεν αρκούνται στη θεωρία**, αλλά παράγουν οι ίδιοι υλικό.
- Στο τέλος της ενότητας έχεις ένα **πλήρες πακέτο εργαλείων** έτοιμο να μπει στον οδηγό λειτουργίας της Υπηρεσίας.

3η ημέρα

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ενώνουμε Δυνάμεις- Σπάμε τα Δεσμά

Η Δύναμη της Συμπερίληψης Ξεκινά Από Εμάς

Εκπαίδευση Συμβούλων

«Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία»

Πρόγραμμα PREVENT

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

1η ΕΝΟΤΗΤΑ: Ψυχολογικές Επιπτώσεις

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ερώτηση στην Ομάδα

Γιατί να μιλήσουμε για ψυχολογικές επιπτώσεις;

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Γιατί να μιλήσουμε για ψυχολογικές επιπτώσεις;

Η βία δεν αφήνει μόνο σωματικά σημάδια.

Οι ψυχολογικές συνέπειες συχνά είναι **αόρατες**, αλλά επηρεάζουν βαθιά την καθημερινότητα.

Ο Σύμβουλος χρειάζεται να τις αναγνωρίζει έγκαιρα.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Κύριες Επιπτώσεις

- PTSD (μετατραυματικό στρες) → flashbacks, αποφυγή, υπερεπαγρύπνηση.
- Άγχος & κρίσεις πανικού.
- Κατάθλιψη, ενοχή, χαμηλή αυτοεκτίμηση.
- Διαταραχές ύπνου & διατροφής.

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Επιπτώσεις στον εργασιακό χώρο

- Μειωμένη απόδοση, δυσκολία συγκέντρωσης.
- Απουσίες, συχνές αναρρωτικές.
- Δυσκολίες σε συνεργασίες & επικοινωνία.
- Αίσθημα απομόνωσης ή φόβου στον χώρο εργασίας

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Σημάδια που μπορεί να δει ο Σύμβουλος

Κατηγορία	Ενδείξεις
Συμπεριφορά	Απότομη αλλαγή διάθεσης, αποφυγή επαφής με συναδέλφους, υπερβολικά αμυντική/απολογητική στάση, συχνές απουσίες/καθυστερήσεις.
Συναισθηματικές ενδείξεις	Έντονο άγχος για μικρά ζητήματα, ενοχή ή αυτοκατηγορία, δυσκολία εμπιστοσύνης στον Σύμβουλο ή στην Υπηρεσία.
Σωματικά συμπτώματα	Πονοκέφαλοι, γαστρεντερικά προβλήματα, ανεξήγητοι πόνοι, κούραση, αϋπνία ή εφιάλτες.
Επαγγελματική λειτουργία	Μειωμένη απόδοση, δυσκολία συγκέντρωσης, μη τήρηση προθεσμιών, απροθυμία για νέες ευθύνες ή ομαδικά projects.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Ας παίξουμε!

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

2η ΕΝΟΤΗΤΑ: Φροντίδα με Ενημερότητα για το Τραύμα

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Ερώτηση στην Ομάδα

Πως αντιλαμβάνεστε τον όρο «Φροντίδα με Ενημερότητα για το Τραύμα»;

Φορέας Υλοποίησης iasis

Εταίρος remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Εισαγωγικά

Τι σημαίνει «Φροντίδα με Ενημερότητα για το Τραύμα»;

👉 Είναι η προσέγγιση που αναγνωρίζει τον αντίκτυπο του τραύματος στη ζωή του ατόμου και προσαρμόζει πρακτικές ώστε να μην αναπαράγει πόνο.

Γιατί είναι κρίσιμη;

👉 Τα θύματα μπορεί να ξανατραυματιστούν ακόμη και από τη διαδικασία βοήθειας.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

Φροντίδα με Ενημερότητα για το Τραύμα – 5 Αρχές

Αρχή	Τι σημαίνει στην πράξη
Ασφάλεια	Ο χώρος είναι ήρεμος και ιδιωτικός, ο τόνος φωνής ήρεμος, αποφυγή πίεσης. Το άτομο νιώθει προστατευμένο.
Εμπιστοσύνη & Διαφάνεια	Ο Σύμβουλος εξηγεί ξεκάθαρα τι μπορεί/δεν μπορεί να προσφέρει. Υπάρχει συνέπεια μεταξύ λόγων και πράξεων.
Επιλογές & Έλεγχος στο θύμα	Δίνονται εναλλακτικές (π.χ. «θες να συνεχίσουμε τώρα ή αργότερα;»). Αποκαθίσταται η αίσθηση ελέγχου.
Συνεργασία	Τα βήματα αποφασίζονται από κοινού. Ο Σύμβουλος αποφεύγει την επιβολή, λειτουργεί ως συνοδοιπόρος.
Ενδυνάμωση	Αναδεικνύονται οι δυνάμεις και οι πόροι του ατόμου, όχι μόνο η ευαλωτότητα. Ενισχύεται η αυτοεκτίμηση και η ανθεκτικότητα.

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης · ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ · NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Εφαρμογή στην πράξη

Ασφάλεια → διασφαλίζω χώρο, τόνο φωνής, αποφυγή πίεσης.

Εμπιστοσύνη → εξηγώ πάντα τι κάνουμε και γιατί.

Επιλογές → δίνω μικρές εναλλακτικές («θες να συνεχίσουμε τώρα ή σε λίγο;»).

Συνεργασία → συναποφασίζουμε επόμενα βήματα.

Ενδυνάμωση → αναδεικνύω τις δυνάμεις και πόρους του ατόμου.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

Τι να αποφεύγει ο Σύμβουλος

Κατηγορία	Παραδείγματα προς αποφυγή	Γιατί είναι προβληματικό
Ερωτήσεις για λεπτομέρειες	«Πες μου ακριβώς τι έγινε», «Πώς σε άγγιξε;»	Αναπαράγει το τραύμα, αυξάνει το άγχος και το αίσθημα ντροπής.
Αμφισβήτηση / Ενοχοποίηση	«Σίγουρα έτσι έγινε;», «Μήπως το προκάλεσες;»	Μειώνει την εμπιστοσύνη, αυξάνει την ενοχή και την απομόνωση.
Επικριτική γλώσσα	«Γιατί δεν μίλησες νωρίτερα;», «Έπρεπε να αντισταθείς.»	Ενισχύει το αίσθημα ανεπάρκειας και αυτοκατηγορίας.
Υποσχέσεις που δεν τηρούνται	«Θα το φροντίσω προσωπικά», «Θα είναι όλα εντάξει.»	Αν δεν επιβεβαιωθούν, εντείνεται η αίσθηση προδοσίας και απώλειας εμπιστοσύνης.
Πίεση για γρήγορες αποφάσεις	«Πρέπει να κάνεις καταγγελία τώρα», «Πες μου όλα για να προχωρήσουμε.»	Αφαιρεί τον έλεγχο από το άτομο, αναπαράγει την εμπειρία εξουσίας.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ας παίξουμε!

Ακούστε προσεκτικά τις φράσεις και χαρακτηρίστε τις ως Φροντιστικές ή όχι!

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Η σειρά σας ξανά!

Μικρό παιχνίδι ρόλων

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Το έργο PREVENT για την πρόληψη & αντιμετώπιση της έμφυλης βίας στον εργασιακό χώρο

3η ΕΝΟΤΗΤΑ: Βραχυπρόθεσμες & Μακροπρόθεσμες Στρατηγικές Υποστήριξης

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Εισαγωγικά

- Η παρέμβαση δεν τελειώνει με την πρώτη συνάντηση.
- Οι Σύμβουλοι χρειάζεται να γνωρίζουν πώς να στηρίξουν σταδιακά:
  - ❑ Τι κάνουμε στο «εδώ και τώρα» (βραχυπρόθεσμα).
  - ❑ Τι σχεδιάζουμε για σταθερότητα και ανθεκτικότητα (μακροπρόθεσμα).

Φορέας Υλοποίησης: iasis

Εταίρος: remind

Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Βραχυπρόθεσμες Στρατηγικές (0–2 ώρες)

Φάση Α: 0–2 ώρες (η πρώτη συνεδρία)

Στόχος: σταθεροποίηση – ασφάλεια – πλαίσιο – ελάχιστες αναγκαίες ενέργειες.

1. Σταθεροποίηση & ασφάλεια χώρου

- Ήρεμος τόνος, καθίσματα στο ίδιο ύψος, επιλογές (πόρτα/νερό/θέση).
- Γρήγορο **mini-check** κινδύνου (4 ερωτήσεις):
  1. Νιώθεις ασφαλής **τώρα**;
  2. Υπάρχει κάποιος που σε απειλεί **αυτή τη στιγμή**;
  3. Χρειάζεσαι άμεσα **ιατρική/άλλη** βοήθεια;
  4. Έχεις **ασφαλή τρόπο** να φύγεις από εδώ;
- Αν «κόκκινο» → ενεργοποιείται **πρωτόκολλο κλιμάκωσης** της Υπηρεσίας.

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Βραχυπρόθεσμες Στρατηγικές (0–2 ώρες)

2. **Εμπιστευτικότητα & συναίνεση (informed consent)**
   - Μικρο-script: «Ό,τι πούμε είναι εμπιστευτικό, εκτός αν υπάρχει σοβαρός κίνδυνος για σένα/άλλον· τότε το συζητάμε και αποφασίζουμε τα βήματα μαζί.»
3. **Αποφυγή επανατραυματισμού**
   - Δεν ζητάμε λεπτομερή περιγραφή.
   - Δουλεύουμε με αντανάκλαση συναισθήματος και μικρές επιλογές.
4. **Μικρό Σχέδιο Ασφάλειας "εδώ & τώρα" (10')**
   - Ασφαλής επιστροφή (ποιος/πώς/πότε), κωδικός λέξης για βοήθεια.
   - 2–3 άτομα επαφής.
   - Digital safety πρώτων βημάτων: αλλάζω κωδικό στο βασικό email, ενεργοποιώ 2FA, ελέγχω κοινόχρηστα αρχεία/τοποθεσία.

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Βραχυπρόθεσμες Στρατηγικές (0–2 ώρες)

5.Κατευθύνσεις/Παραπομπές (χωρίς πίεση)

- Ιατρική (αν χρειάζεται), νομική ενημέρωση, ψυχολογική συνέχεια.
- Κλείνουμε **follow-up ραντεβού** μέσα σε 24–48 ώρες.

6.Τεκμηρίωση (ελάχιστη και ουδέτερη)

- Ημερομηνία/ώρα, ποιος παρών, **τι ειπώθηκε** (σε α' πρόσωπο/σύντομα), αποτέλεσμα mini-check, τι συμφωνήθηκε, **επόμενο ραντεβού**.

Φορέας Υλοποίησης Εταίρος Με τη συγχρηματοδότηση:

Βραχυπρόθεσμες Στρατηγικές (2–24 ώρες)

Φάση Β: 2–24 ώρες

Στόχος: διατήρηση ασφάλειας & ενεργοποίηση υποστηρικτικών διαδρομών.

- **Check-in** (τηλεφώνημα/SMS με συναίνεση):
  Micro-script: «Είμαι διαθέσιμος/η αν χρειαστείς. Θυμίζω το ραντεβού μας αύριο στις … Θέλεις κάτι να αλλάξουμε;»
- **Ολοκλήρωση safety plan** (1 σελίδα): διαδρομή διαφυγής στο κτίριο, ασφαλές σημείο διαμονής αν χρειαστεί, αποθήκευση βασικών εγγράφων, λίστα «ποιον καλώ σε ποια περίπτωση».
- **Παραπομπές**: δίνεις **συγκεκριμένες επιλογές** (2–3), εξηγείς τι προσφέρει καθεμία.
- **Ομαδικό debrief** Συμβούλων (εντός 24h) για φροντίδα επαγγελματία και ευθυγράμμιση βημάτων.

Φορέας Υλοποίησης Εταίρος Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Βραχυπρόθεσμες Στρατηγικές (24–72 ώρες)

Φάση Γ: 24–72 ώρες

Στόχος: σταθεροποίηση ρουτίνας υποστήριξης & προσαρμογή πλάνου.

- **Follow-up συνεδρία**: αναθεώρηση safety plan (τι λειτούργησε/τι όχι), έλεγχος κινδύνου με σύντομο **mini-check**.
- **Ενεργοποίηση παραπομπών** (ιατρικές/νομικές/ψυχολογικές) που **επέλεξε** το άτομο.
- **Εργασιακά επόμενα βήματα**: αν ζητηθεί, ενημέρωση για διαθέσιμους μηχανισμούς (HR/συνδικαλιστικές δομές/εποπτικές αρχες) **χωρίς** ο Σύμβουλος να υποκαθιστά νομικό ρόλο.
- **Συμφωνία συχνότητας επαφών** (π.χ. εβδομαδιαίο ραντεβού για 4–6 εβδομάδες).

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Διακριτά πρωτόκολλα: Θύμα vs Μάρτυρας

Για Θύμα

- Εστίαση σε ασφάλεια, αποφόρτιση, έλεγχο/επιλογές.
- **Μικρο-scripts**:
  - «Δεν χρειάζεται να περιγράψεις λεπτομέρειες. Πάμε με τον ρυθμό σου.»
  - «Θες να δούμε τώρα 2 πρακτικά βήματα που σε κάνουν να νιώθεις πιο ασφαλής;»
- **Ενέργειες 0–72h**: mini-check, safety plan, παραπομπές, check-ins.

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Διακριτά πρωτόκολλα: Θύμα vs Μάρτυρας

Για Μάρτυρα

- Ακρόαση **χωρίς πίεση** για καταγγελία.
- Ενημέρωση για **δικαιώματα και προστασία από αντίποινα**.
- **Διατήρηση τεκμηρίων** με ασφάλεια (emails/screenshots) και **προστασία προσωπικών δεδομένων**.
- Αν υπάρχει κίνδυνος, **safety plan και για μάρτυρα** (διαδρομές, ώρες μετακίνησης, ψηφιακή ασφάλεια).

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Υπόδειγμα Αναφοράς

- **Ημερομηνία/Ώρα – Διάρκεια – Χώρος**
- **Παρόντες** (ρόλοι, όχι ευαίσθητα στοιχεία)
- **Παράθεση σε πρώτο πρόσωπο** (π.χ. «είπε: …»)
- **Mini-check αποτέλεσμα** (Ναι/Όχι ανά ερώτηση)
- **Ενέργειες που έγιναν** (ουδέτερη γλώσσα)
- **Συμφωνημένα επόμενα βήματα & ημερομηνίες**
- **Αποθήκευση/πρόσβαση** (κλειδωμένο, περιορισμένη πρόσβαση)

Φορέας Υλοποίησης: iasis | Εταίρος: remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Checklist

Checklist 0–2h (Πρώτη συνεδρία)

- Micro-script εμπιστευτικότητας
- Mini-check (4 ερωτήσεις)
- 2 μικρές επιλογές στο άτομο
- Μικρό safety plan «επιστροφής»
- Παραπομπές ως **επιλογές** (όχι επιβολή)
- Καταγραφή ελάχιστων δεδομένων
- Κλείσιμο follow-up (≤48h)

Checklist 2–24h

- Check-in με συναίνεση
- Ολοκλήρωση 1-σελ. safety plan
- Ενεργοποίηση παραπομπών που επέλεξε
- Debrief Συμβούλων

Checklist 24–72h

- Επανεκτίμηση κινδύνου (mini-check)
- Προσαρμογή safety plan
- Συμφωνία ρυθμού συνεδριών
- Καταγραφή/κλείδωμα εγγράφων

Φορέας Υλοποίησης: iasis — Εταίρος: remind — Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

Συνηθισμένα λάθη (και πώς τα αποφεύγεις)

"Σωτηρία τώρα" (rescuer mode) → Δώσε **επιλογές**, όχι λύσεις-πακέτο.

Λεπτομερειακή ανάκριση → Μείνε σε όσα επιλέγει να μοιραστεί.

Υποσχέσεις («θα τα φτιάξω όλα») → **Ρεαλισμός & διαφάνεια**.

Υπερ-τεκμηρίωση → Καταγράφεις τα **ελάχιστα απαραίτητα**.

Παράλειψη self-care → Debrief/εποπτεία εντός 24h.

Φορέας Υλοποίησης: iasis — Εταίρος: remind — Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Extra micro-scripts

- **Κλείσιμο πρώτης συνεδρίας:**
  «Από όσα είπες σήμερα, καταλαβαίνω [συναίσθημα]. Συμφωνούμε για ένα σύντομο πλάνο ασφάλειας για σήμερα και ξαναβλεπόμαστε αύριο/μεθαύριο στις …;»
- **Check-in μήνυμα (με συναίνεση):**
  «Είμαι διαθέσιμος/η αν χρειαστείς. Θυμίζω το ραντεβού μας [ημ/ωρα]. Αν θέλεις αλλαγή, πες μου.»
- **Όταν υπάρχει κίνδυνος:**
  «Από αυτά που λες, **φαίνεται κίνδυνος**. Για την ασφάλειά σου, θα ενεργοποιήσουμε κάποια βήματα — και θα τα κάνουμε **μαζί**.»

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Μακροπρόθεσμες Στρατηγικές Υποστήριξης

🎯 **Στόχος**

Να δημιουργηθεί ένα **σταθερό πλαίσιο στήριξης** που ενισχύει την ανθεκτικότητα, επαναφέρει την αίσθηση ελέγχου και βοηθά το θύμα/μάρτυρα να ξαναχτίσει την καθημερινότητα και την εργασιακή του ταυτότητα.

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Μακροπρόθεσμες Στρατηγικές Υποστήριξης

Δομή Πλάνου 4–6 Εβδομάδων

1η εβδομάδα – Σταθεροποίηση & πρώτη δικτύωση

- **Επαναξιολόγηση κινδύνου** (mini-check σε κάθε συνεδρία).
- Επαλήθευση ότι το **safety plan** λειτουργεί στην πράξη.
- Σύνδεση με βασικές υπηρεσίες:
  - Ιατρικές/ψυχολογικές
  - Νομικές/εργασιακές
- Συμφωνία για **συχνότητα συναντήσεων** (π.χ. εβδομαδιαία).

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Μακροπρόθεσμες Στρατηγικές Υποστήριξης

Δομή Πλάνου 4–6 Εβδομάδων

2η–3η εβδομάδα – Στήριξη & ενδυνάμωση

- **Δεξιότητες αυτοφροντίδας**: ύπνος, ρουτίνα, χαλάρωση.
- Ενίσχυση κοινωνικής υποστήριξης (οικογένεια, φίλοι, υποστηρικτικές ομάδες).
- Ενημέρωση για **εργασιακά δικαιώματα** και μηχανισμούς προστασίας.
- Σταδιακή αποφόρτιση/επεξεργασία συναισθημάτων (χωρίς πίεση σε λεπτομέρειες).

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Μακροπρόθεσμες Στρατηγικές Υποστήριξης

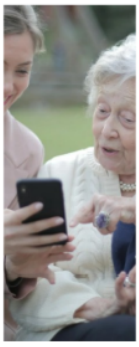
Δομή Πλάνου 4–6 Εβδομάδων

4η–6η εβδομάδα – Σταθεροποίηση & σχέδιο συνέχειας

- **Αναθεώρηση safety plan**: τι δούλεψε, τι χρειάζεται αλλαγή.
- **Επαναφορά ρουτίνας εργασίας** (αν είναι δυνατόν) με σταδιακή ενίσχυση σχέσεων στον χώρο εργασίας.
- Σχεδιασμός **μακροπρόθεσμης δικτύωσης**: ψυχολογική υποστήριξη, νομική προστασία, κοινωνικές υπηρεσίες.
- Ενδυνάμωση: αναγνώριση των βημάτων που έχουν ήδη γίνει («μέχρι εδώ τι έχεις καταφέρει;»).
- Σταδιακή μετάβαση από «υποστήριξη έκτακτης ανάγκης» → «σταθερή φροντίδα».

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

Μακροπρόθεσμες Στρατηγικές Υποστήριξης



Αναθεώρηση πλάνου

Το πλάνο **αναθεωρείται συστηματικά** κάθε 2 εβδομάδες, με βάση:

1. **Επίπεδο κινδύνου** (επαναξιολόγηση με mini-check).
2. **Αντοχή & πόροι** του ατόμου (προσωπικοί και κοινωνικοί).
3. **Λειτουργικότητα** στην εργασία (απόδοση, σχέσεις).
4. **Πρόσβαση σε υπηρεσίες** (εμπόδια – τι χρειάζεται παραπάνω).
5. **Ανάγκες μάρτυρα** (αν υπάρχει: προστασία από αντίποινα, ψυχολογική στήριξη).

Φορέας Υλοποίησης | Εταίρος | Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Μακροπρόθεσμες Στρατηγικές Υποστήριξης

Ρόλος Συμβούλου

- **Συνοδοιπόρος**, όχι διασώστης.
- **Σταθερότητα**: τακτικές συναντήσεις, συνέπεια.
- **Δικτύωση**: διασύνδεση με εξωτερικές υπηρεσίες.
- **Ενδυνάμωση**: το άτομο βλέπει την πρόοδο και τις δικές του δυνάμεις.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Φροντίδα και για τον Επαγγελματία

1. Αναγνώριση του κινδύνου

- **Δευτερογενής τραυματοποίηση (secondary trauma):** όταν ο Σύμβουλος επηρεάζεται συναισθηματικά από την έκθεση στις εμπειρίες των θυμάτων.
- **Επαγγελματική εξουθένωση (burnout):** συνδυασμός άγχους, κούρασης και απώλειας νοήματος.
- **Συμπόνια-κόπωση (compassion fatigue):** αίσθηση ότι «δεν έχω άλλη ενέργεια να δώσω».

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Φροντίδα και για τον Επαγγελματία

2. Εργαλεία Αυτοφροντίδας (Self-care)

- **Προσωπικά όρια:** μάθε να λες «σταματάμε εδώ για σήμερα».
- **Ανάπαυση & αποφόρτιση:** ύπνος, ρουτίνα, μικρά διαλείμματα.
- **Τεχνικές γείωσης:** 3 βαθιές αναπνοές, άσκηση 5 αισθήσεων.
- **Υγιείς εκτονώσεις:** φυσική δραστηριότητα, δημιουργικές δραστηριότητες, κοινωνικές σχέσεις.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης | ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ | NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

Φροντίδα και για τον Επαγγελματία

3. Εργαλεία Συλλογικής Φροντίδας

- **Εποπτεία:** τακτικές συναντήσεις με ανώτερο/ειδικό για καθοδήγηση.
- **Αναστοχασμός/Debrief ομάδας:** 10–15 λεπτά μετά από δύσκολο περιστατικό → μοίρασμα εμπειρίας, όχι ανάλυση.
- **Κουλτούρα υποστήριξης:** οι Σύμβουλοι δεν μένουν μόνοι – υπάρχει αλληλεγγύη και αναγνώριση.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης | ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ | NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Φροντίδα και για τον Επαγγελματία

4. Σημάδια που χρειάζονται προσοχή

- Επαναλαμβανόμενοι εφιάλτες ή σκέψεις για τα περιστατικά.
- Συχνή ευερεθιστότητα ή απόσυρση.
- Αίσθηση απώλειας ενδιαφέροντος για τη δουλειά.
- Φράσεις όπως «Δεν αντέχω άλλο να ακούω τέτοιες ιστορίες.»

Σημάδι ότι χρειάζεται **εποπτεία** και ίσως **εξωτερική στήριξη**.

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

Ας παίξουμε!

Με την άσκηση 5 αισθήσεων!

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Ευρωπαϊκή Ένωση, Ίδρυμα Μποδοσάκη, NGO Support Centre

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Ανακεφαλαίωση 3 Ημερών

Ημέρα 1 → Ορισμοί, πλαίσιο, πολιτικές.

Ημέρα 2 → Εργαλεία υποστήριξης, ενεργητική ακρόαση, μέτρα πρώτης ανταπόκρισης.

Ημέρα 3 → Ψυχολογικές επιπτώσεις, φροντίδα με ενημερότητα για το τραύμα, στρατηγικές υποστήριξης.

«Από τη θεωρία στην πράξη – χτίσαμε μια κοινή γλώσσα και ένα πλαίσιο υπηρεσίας.»

Φορέας Υλοποίησης Εταίρος Με τη συγχρηματοδότηση:

Ανακεφαλαίωση 3 Ημερών

Τι κρατάω;

- Άσκηση αναστοχασμού:
  - «Γράψε σε post-it **μία φράση/δεξιότητα** που κρατάς από την εκπαίδευση.»
  - Τοποθέτηση σε πίνακα ή τοίχο → ομαδικό «τοίχο» μάθησης.

Φορέας Υλοποίησης Εταίρος Με τη συγχρηματοδότηση:

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:

Co-funded by the European Union

BODOSSAKI FOUNDATION

NGO SUPPORT CENTRE

break the chains

iasis remind

Ανακεφαλαίωση 3 Ημερών

Δέσμευση Συμβούλων

- Όμνυμι(!)
  - «Δεσμεύομαι ότι θα εφαρμόσω [ονομάστε μια αρχή ή πρακτική] στην Υπηρεσία.»

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

Φορέας Υλοποίησης iasis | Εταίρος remind | Με τη συγχρηματοδότηση: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ΙΔΡΥΜΑ ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ, NGO SUPPORT CENTRE

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Περίπτωση	Περιγραφή	Ερώτηση
1 – Μαρία, 34 ετών, υπάλληλος γραφείου	Τους τελευταίους μήνες καθυστερεί συχνά και ζητά πολλές αναρρωτικές. Αποφεύγει ομαδικά meetings και δείχνει αγχωμένη σε μικρές αλλαγές. Παραπονιέται για πονοκεφάλους και κούραση.	Ποια σημάδια δείχνουν πιθανές ψυχολογικές επιπτώσεις;
2 – Νίκος, 42 ετών, τεχνικός συντήρησης	Από συνεργάσιμος έχει ξεσπάσματα θυμού. Κλείνεται μόνος στο γραφείο, αποφεύγει προσωπικές συζητήσεις. Φαίνεται αφηρημένος, παραδέχεται αϋπνία.	Τι σημάδια βλέπεις;
3 – Ελένη, 28 ετών, υπάλληλος σε call center	Ζητά συχνά βοήθεια για απλά θέματα, λέει «φταίω εγώ» όταν κάτι πάει στραβά. Κρατά αποστάσεις από συναδέλφους, ακυρώνει ραντεβού.	Τι υποδηλώνει η συμπεριφορά της;
4 – Αλί, 37 ετών, μετανάστης εργαζόμενος σε αποθήκη	Αποφεύγει κοινωνικές επαφές, αγχώνεται με τον προϊστάμενο. Έχει χάσει βάρος, αναφέρει στομαχόπονους, ζητά να φύγει νωρίτερα. Είπε ότι δεν νιώθει ασφαλής να πάει σπίτι μόνος.	Ποια red flags εντοπίζετε εδώ;

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Do / Don't (Φροντίδα με Ενημερότητα για το Τραύμα) – Διαβάστε τις ανακατεμένες!

✅ **Φράσεις προς εφαρμογή (Do)**

1. «Είμαι εδώ για να σε ακούσω, εσύ αποφασίζεις πόσα θέλεις να μοιραστείς.»
2. «Αυτό που μοιράζεσαι είναι σημαντικό και σε ευχαριστώ για την εμπιστοσύνη σου.»
3. «Αν νιώσεις άβολα, μπορείς να σταματήσεις τη συζήτηση όποτε θέλεις.»
4. «Θέλεις να μιλήσουμε εδώ ή προτιμάς σε έναν άλλον χώρο;»
5. «Θα σου εξηγήσω τα βήματα που μπορούμε να ακολουθήσουμε, ώστε να ξέρεις τι να περιμένεις.»
6. «Δεν χρειάζεται να μπεις σε λεπτομέρειες, εκτός αν το επιθυμείς.»
7. «Ποια στήριξη θεωρείς πιο σημαντική για σένα αυτή τη στιγμή;»
8. «Μπορούμε να αποφασίσουμε μαζί τα επόμενα βήματα, ανάλογα με το τι νιώθεις έτοιμος/η.»
9. «Αναγνωρίζω τη δύναμη που χρειάζεται για να μιλήσεις για αυτό.»
10. «Ο ρόλος μου είναι να σε στηρίξω, όχι να σε κρίνω.»

❌ **Φράσεις προς αποφυγή (Don't)**

1. «Πες μου ακριβώς τι έγινε, με όλες τις λεπτομέρειες.»
2. «Γιατί δεν αντέδρασες;»
3. «Σίγουρα έτσι έγιναν τα πράγματα;»
4. «Δεν φαίνεσαι να έχεις περάσει κάτι τόσο σοβαρό.»
5. «Αν με ακούσεις, όλα θα πάνε καλά, στο υπόσχομαι.»
6. «Δεν πρέπει να νιώθεις έτσι, πρέπει να είσαι πιο δυνατός/ή.»
7. «Είναι απλώς μια δύσκολη περίοδος, θα περάσει.»
8. «Είσαι τυχερός/ή που δεν ήταν χειρότερα.»
9. «Πρέπει να κάνεις καταγγελία τώρα, δεν έχεις άλλη επιλογή.»
10. «Αν ήσουν στη θέση μου, θα το είχες χειριστεί καλύτερα.»

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Co-funded by:
Co-funded by the European Union
BODOSSAKI FOUNDATION
NGO SUPPORT CENTRE
break the chains
iasis remind
Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας

Μικρό παιχνίδι ρόλων

Σενάριο:

- Σε ζευγάρια → ένας παίζει τον Σύμβουλο, ένας το θύμα ή μάρτυρα.
- Ο «θύμα/μάρτυρας» παίρνει μια σύντομη κάρτα με περίσταση (π.χ. «νιώθω ενοχές που δεν μίλησα νωρίτερα» ή «φοβάμαι να επιστρέψω σπίτι»).
- Ο Σύμβουλος έχει 5 λεπτά να εφαρμόσει τις 5 αρχές (ασφάλεια, εμπιστοσύνη, επιλογές, συνεργασία, ενδυνάμωση).

Παρατηρητής (τρίτο άτομο):

- Συμπληρώνει checklist με ερωτήσεις όπως:
  - Ο Σύμβουλος εξήγησε το ρόλο του και τα όρια εμπιστευτικότητας;
  - Έδωσε επιλογές στο άτομο;
  - Απέφυγε επικριτική/πιεστική γλώσσα;
  - Ανέδειξε τη δύναμη και τους πόρους του ατόμου;
  - Δημιουργήθηκε κλίμα ασφάλειας;

Διάρκεια:

- 5 λεπτά role play + 5 λεπτά ανατροφοδότηση → 10 λεπτά ανά τριάδα.

Debrief στην ολομέλεια:

- «Πώς ένιωσες ως θύμα/μάρτυρας;»
- «Τι βοήθησε/τι δυσκόλεψε ως Σύμβουλος;»
- «Τι παρατήρησες ως τρίτος;»

Σενάρια Role Play

Σενάριο 1 – Ενοχή και αυτοκατηγορία

Η Μαρία, 29 ετών, λέει στον Σύμβουλο:

«Ίσως έφταιξα κι εγώ... Αν είχα μιλήσει νωρίτερα, δεν θα είχαν χειροτερέψει τα πράγματα. Νιώθω ότι δεν έχω καμία αξία στη δουλειά πλέον.»

👉 Στόχος Συμβούλου: να αποφύγει την ενοχοποίηση, να αναδείξει τη δύναμη που χρειάζεται για να μιλήσει και να δώσει αίσθηση ασφάλειας.

Σενάριο 2 – Φόβος για την ασφάλεια

Ο Αλί, 37 ετών, μετανάστης εργαζόμενος σε αποθήκη:

«Δεν θέλω να μιλήσω πολύ, αλλά φοβάμαι να γυρίσω σπίτι. Μερικές φορές με ακολουθεί ο προϊστάμενος και με απειλεί. Δεν ξέρω αν πρέπει να το πω σε κάποιον άλλον.»

👉 Στόχος Συμβούλου: να κάνει mini-check ασφάλειας, να εξηγήσει καθαρά τα όρια εμπιστευτικότητας και να δώσει επιλογές χωρίς πίεση.

Σενάριο 3 – Δυσπιστία προς την Υπηρεσία

Ο Νίκος, 41 ετών, λέει:

«Δεν ξέρω αν μπορώ να σε εμπιστευτώ. Στο παρελθόν όταν μίλησα, το έμαθαν άλλοι στη δουλειά και έγινε χειρότερα. Δεν θέλω να ξαναζήσω το ίδιο.»

👉 Στόχος Συμβούλου: να οικοδομήσει εμπιστοσύνη και διαφάνεια, εξηγώντας ξεκάθαρα τι κρατιέται εμπιστευτικό και τι όχι, χωρίς υποσχέσεις που δεν μπορούν να τηρηθούν.

Σενάριο 4 – Ανάγκη ενδυνάμωσης

Η Ελένη, 33 ετών, εργαζόμενη σε call center:

«Έχω σταματήσει να πιστεύω ότι μπορώ να σταθώ στα πόδια μου. Νιώθω ότι δεν έχω καμία δύναμη. Ό,τι και να γίνει, πάντα εγώ θα βγαίνω χαμένη.»

👉 Στόχος Συμβούλου: να ενισχύσει την αίσθηση ελέγχου και ενδυνάμωσης, να δείξει σεβασμό στις επιλογές της και να την αναγνωρίσει ως ικανή.

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»

Άσκηση 5 Αισθήσεων (διάρκεια 2–3 λεπτά)

1. **Δες** – παρατήρησε **5 πράγματα** γύρω σου που βλέπεις αυτή τη στιγμή.
   (π.χ. το χρώμα του τοίχου, ένα αντικείμενο στο γραφείο, το φως από το παράθυρο).
2. **Άγγιξε** – βρες **4 πράγματα** που μπορείς να νιώσεις με την αφή.
   (π.χ. την υφή του ρούχου, το στυλό στο χέρι, το πάτωμα κάτω από τα πόδια).
3. **Άκουσε** – αναγνώρισε **3 ήχους** που μπορείς να ακούσεις.
   (π.χ. θόρυβος δρόμου, φωνές, τον ήχο του υπολογιστή).
4. **Μύρισε** – παρατήρησε **2 μυρωδιές** γύρω σου.
   (π.χ. καφές, σαπούνι, ουδέτερη μυρωδιά του χώρου).
5. **Γεύσου** – εστίασε σε **1 γεύση** στο στόμα σου.
   (π.χ. καφές, τσάι, τσίχλα, ουδέτερη αίσθηση).

Το αποτέλεσμα: ο εγκέφαλος «κατεβάζει ταχύτητα», το σώμα νιώθει παρόν και η ένταση μειώνεται.

«Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ιδρύματος Μποδοσάκη ή του Κέντρου Στήριξης ΜΚΟ. Η Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.»

«Το έργο Σπάμε τα Δεσμά της Έμφυλης Βίας στην Εργασία υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος PREVENT, με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ και εταίρο την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο "Preventing gender-based violence and violence against children" (PREVENT) έχει ως στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας κατά των παιδιών, μέσω της στήριξης οργανώσεων της Κοινωνίας των Πολιτών (ΟΚοιΠ) στην Ελλάδα και την Κύπρο που δραστηριοποιούνται σε αυτούς τους τομείς, καθώς και της ενίσχυσης των γνώσεων, των ικανοτήτων και της βιωσιμότητάς τους. Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ. Συντονιστής του PREVENT είναι το Ίδρυμα Μποδοσάκη (Ελλάδα), σε σύμπραξη με το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ (Κύπρος).»