

VOLUNTARIA

Students in Action / Φοιτητές σε Δράση



Καλωσόρισμα

Έχουμε τη χαρά και την τιμή να σας καλωσορίσουμε στο πρώτο τεύχος του νέου ηλεκτρονικού περιοδικού **Voluntaria: Students in Action / Φοιτητές σε Δράση** που εκδίδει η Δομή Συμβουλευτικής και Προσβασιμότητας Δο.Συ.Π. του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης σε συνεργασία με τους εθελοντές φοιτητές της.

Το **Voluntaria** αποτελεί ένα forum για τη δημοσίευση και τη διάχυση των δράσεων και των εκδηλώσεων που οργανώνουν οι εθελοντές φοιτητές του Δημοκρίτειου με την συνεργασία και την υποστήριξη των στελεχών της ΔΟΣΥΠ, κοινωνικών λειτουργών και ψυχολόγων στην Κομοτηνή, την Ξάνθη, την Αλεξανδρούπολη και την Ορεστιάδα.



Τα άρθρα που φιλοξενεί το ηλεκτρονικό αυτό περιοδικό επιχειρούν να παρουσιάσουν ζωντανά αυτές τις δράσεις μέσα από κείμενα και οπτικοακουστικό υλικό, ώστε να φέρουν πιο κοντά τους φοιτητές στην Πανεπιστημιακή, την τοπική και τη διαδικτυακή κοινότητα και να ενισχύσουν την «αίσθηση του ανήκειν».

Στη δύσκολη αυτή περίοδο που διανύουμε εξαιτίας της πανδημίας του COVID19, οι προβληματισμοί, οι προκλήσεις και οι αναστοχασμοί των φοιτητών μας βρίσκουν βήμα και φωνή στο **Voluntaria**. Επίσης τα θέματα που πραγματεύονται στην προκείμενη αρθρογραφία είναι συχνά συναφή με τις σπουδές τους, καθώς φέρνουν στην επιφάνεια περιβαλλοντικά ή/και άλλα κοινωνικά ζητήματα.

Η ξενάγηση των πρωτοετών φοιτητών στις πόλεις της Θράκης επίσης ζωντανεύει το περιοδικό μας, με επιμελημένη φωτογραφική παρουσία, αφισες και υλικό για την ξενάγηση. Αποτελεί εξάλλου η ξενάγηση μια ευκαιρία διασύνδεσης των νέων (φοιτητών) με τους παλαιότερους και με την τοπική κοινωνία και την πόλη των σπουδών τους.

Το πρώτο αυτό τεύχος θα παρουσιάσει την πορεία των ομάδων εθελοντών την τελευταία διετία σε ένα ιστορικό εξέλιξης μέσα από το «λόγο» των ίδιων των εθελοντών φοιτητών και των συντονιστών των ομάδων. Περιλαμβάνει επίσης τα ημερολόγια της καραντίνας και οδηγίες «πλοήγησης» από φοιτητή σε φοιτητή την κρίσιμη περίοδο του lock down.

Καθώς οι κίνδυνοι πυρκαγιάς είναι πάντοτε ένα "καυτό" και "θλιβερά επίκαιρο" ζήτημα, οι εθελοντές από την Ορεστιάδα έχουν μεριμνήσει να μας ευαισθητοποιήσουν και να μας κινητοποιήσουν στο να «προσέχουμε περισσότερο».

Το περιοδικό αυτό με την αμεσότητα που το χαρακτηρίζει ξεδιπλώνει το μεράκι και τη δημιουργικότητα των φοιτητών που ενισχύεται μέσα από τις ομαδικές συναντήσεις με τους κοινωνικούς λειτουργούς και τους ψυχολόγους, αλλά και των στελεχών της Δο.Συ.Π. που συγκροτούν και τη συντακτική επιτροπή. Η συνεργασία όλων μας είναι μία απόλαυση που θέλουμε να μοιραστούμε μαζί σας, προκαλώντας και προσκαλώντας σας να συμμετέχετε κι εσείς ως εθελοντές φοιτητές της Δο.Συ.Π.

Η προσβασιμότητα όλων των φοιτητών στην Πανεπιστημιακή κοινότητα και η ισότιμη πρόσβαση των φοιτητών με αναπηρίες και άλλες δυσκολίες είναι στις προτεραιότητες μας. Μεταξύ άλλων δράσεων και μέσα από την αρθρογραφία μας, θέλουμε να περιορίσουμε τις διακρίσεις και να βελτιώσουμε τις συνθήκες των σπουδών στο Δημοκρίτειο, διασφαλίζοντας τα ατομικά και κοινωνικά δικαιώματα όλων των φοιτητών και τις ίσες ευκαιρίες.

Εκ μέρους της συντακτικής ομάδας
Αγάπη Κανδυλάκη, Καθηγήτρια Κοινωνικής Εργασίας ΔΠΘ

Μήνυμα της Αντιπρυτάνεως του ΔΠΘ



Η πρωτοβουλία των εθελοντών της ΔΟΣΥΠ να δημιουργήσουν ένα ηλεκτρονικό περιοδικό αποτελεί μια ενθαρρυντική πράξη που αποδεικνύει ότι οι εθελοντές μας έχουν μεράκι και όρεξη να συνεισφέρουν στην κοινωνική ζωή του πανεπιστημίου και να αφήσουν το αποτύπωμά τους. Θερμά συγχαρητήρια τους αξίζουν, λοιπόν, καθώς και σε όσους τους έχουν συντονίσει και βοηθήσει ως τώρα από την πλευρά της ΔΟΣΥΠ.

Στο Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης υιοθετούμε μια λειτουργική ματιά στην εκπαίδευση και θεωρούμε ότι μάθηση δεν είναι μια χωρικά οριοθετημένη -αποκλειστικά μέσα στην αίθουσα- διαδικασία. Σε αυτή τη λογική, αντιμετωπίζουμε τον εθελοντισμό ως μια χρυσή ευκαιρία μη τυπικής εκπαίδευσης, εκτός τάξης, μέσω της οποίας οι φοιτητές μας μπορούν να αποκτήσουν νέες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες με εμπειρικό τρόπο, να κατανοήσουν στην πράξη τα σύγχρονα κοινωνικά προβλήματα, να ασκηθούν στη -τόσο παραμελημένη- ομαδική εργασία, να αποκτήσουν ενσυναίσθηση και να κατανοήσουν με βιωματικό τρόπο τον σεβασμό στη διαφορετικότητα και τις ανθρώπινες σχέσεις.

Με άλλα λόγια, ο εθελοντισμός είναι το 'εργαλείο' μας για τον μετασχηματισμό των παραδοχών των φοιτητών μας για την αξία του ίδιου του εθελοντισμού, τη σημασία της προσφοράς και την ιδιότητα του ενεργού πολίτη. Η εκδοτική αυτή προσπάθεια το αποδεικνύει με τον καλύτερο τρόπο.

Εκπροσωπώντας τη Διοίκηση του Δ.Π.Θ. διαβεβαιώνω ότι θα σταθούμε πλάι στους εθελοντές και θα προσφέρουμε κάθε δυνατή βοήθεια ώστε η ομάδα να διευρυνθεί, να αποκτήσει ιστορία, να αποτελέσει ανάχωμα στον ατομικισμό της σύγχρονης εποχής και, τέλος, να παράξει ανθρώπινο κεφάλαιο και προστιθέμενη αξία στο πλαίσιο του Δ.Π.Θ. και της τοπικής κοινωνίας που θα οδηγήσει στην ενδυνάμωση της σχέσης του πανεπιστημίου μας με την τοπική (και όχι μόνο) κοινωνία και τους κοινωνικούς φορείς.

Καλή αρχή και καλοτάξιδο το εγχείρημα.

Ζωή Γαβριελίδου
Αντιπρύτανης Ακαδημαϊκών Υποθέσεων και Φοιτητικής Μέριμνας ΔΠΘ

Περιεχόμενα

Δομή Συμβουλευτικής και Προσβασιμότητας (Δο.Συ.Π.).....	σελ. 5
Γνωρίζοντας τη Δο.Συ.Π.....	σελ. 6
Ομάδες εθελοντών Κομοτηνής	σελ. 8
Δράσεις Κομοτηνής	
• Πεζοπορία στη Νυμφαία.....	σελ. 9
• Ομάδες μελέτης	σελ. 10
• Διοργάνωση παιχνιδιού «Κυνήγι του θησαυρού»	σελ. 11
• Βιώνοντας την περίοδο της καραντίνας - Προτάσεις	σελ. 12
• Υποστήριξη σε φοιτητές με αναπηρία	σελ. 13
• Σύνταξη καταλόγου με κοινωνικές υπηρεσίες και υπηρεσίες υγείας του ν. Ροδόπης.....	σελ. 13
• Προτάσεις για δημιουργικό χρόνο στο σπίτι	σελ. 14
Ομάδα εθελοντών Ξάνθης	
• Δράση ευαισθητοποίησης.....	σελ. 18
• Ξενάγηση πρωτοετών φοιτητών στην πόλη της Ξάνθης	σελ. 19
• Ομάδα υποστήριξης στη μελέτη - Study Group	σελ. 20
• Δημιουργία αφισών από τους εθελοντές	σελ. 21
• Προτάσεις για δημιουργικό χρόνο στο σπίτι	σελ. 22
Ομάδα εθελοντών Αλεξανδρούπολης - Δράσεις	
• Ξενάγηση πρωτοετών φοιτητών.....	σελ. 24
• Το ημερολόγιο μιας καραντίνας.....	σελ. 25
• Μαρτυρίες των εθελοντών από την συμμετοχή τους στις δράσεις	σελ. 26
Ομάδα εθελοντών Ορεστιάδας - Δράσεις	
• Περιήγηση στην πόλη της Ορεστιάδας.....	σελ. 29
• Η προστασία του περιβάλλοντος και η πρόληψη των πυρκαγιών, κύριο μέλημα της ομάδας εθελοντών Ορεστιάδας.....	σελ. 30
• Εθελοντική ομάδα Δο.Συ.Π. Ορεστιάδας.....	σελ. 31
Συνεργασία του Τμήματος Προσβασιμότητας, με τους Εθελοντές της Δο.Συ.Π.....	σελ. 34
Άρθρο - “Για ποιον γίνομαι πτυχιούχος;” Το ταξίδι από την εξάρτηση στην αυτονομία.....	σελ. 36
Συνέντευξη - Μποζ Ερσίν: Ένας επιστήμονας με απώλεια όρασης που ξεπέρασε όλα τα εμπόδια για να πετύχει τους στόχους του	σελ. 39



ΔΟΜΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΒΑΣΙΜΟΤΗΤΑΣ

Η **Δομή Συμβουλευτικής και Προσβασιμότητας (Δο.Συ.Π.)** του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης άρχισε να λειτουργεί το 2018 και αποτελείται από το Τμήμα Συμβουλευτικής και Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης καθώς και το Τμήμα Προσβασιμότητας.

*We are
here
for
you!*

Η Δο.Συ.Π. διαρθρώνεται από την Κεντρική Υπηρεσία με έδρα την **Κομοτηνή** και τα Παραρτήματα που εδρεύουν στις πόλεις: **Ορεστιάδα, Αλεξανδρούπολη και Ξάνθη.**

Σκοπός

Η προαγωγή της εποικοδομητικής μάθησης, της ακαδημαϊκής επιτυχίας και της κοινωνικοποίησης όλων των φοιτητών του Δ.Π.Θ. και φοιτητών με ιδιαιτερότητες και αναπηρίες.

Στόχοι

Η προσωπική ανάπτυξη, η βελτίωση της κοινωνικής ζωής και η ισότιμη πρόσβαση στις εκπαιδευτικές δραστηριότητες φοιτητών με ιδιαιτερότητες και αναπηρίες.

Επίσης, αναπτύσσονται δράσεις για την αντιμετώπιση προβλημάτων που αφορούν τις σπουδές, την ακαδημαϊκή και κοινωνική ζωή και άλλα προβλήματα των φοιτητών όπως ψυχοσωματικές διαταραχές, συναισθηματικά προβλήματα, εξαρτήσεις.



25310-39050, 39163



<https://dosyp.duth.gr>



dosyp@duth.gr



www.facebook.com/dosypduth

Γνωρίζοντας τη Δο.Συ.Π

Του Κωνσταντίνου Καραϊσκού
Εθελοντής στη ΔοΣυΠ Ξάνθης

Η φοιτητική ζωή μπορεί να είναι δύσκολη. Το στερεότυπο είναι παρέες, ξενύχτια, ξεγνοιασιά, πράγματα τα οποία σίγουρα υπάρχουν, αλλά υπάρχει και (πάρα πολύ) άγχος, πίεση, δυσκολία. “Δεν ξέρω από πού να ξεκινήσω” έχω πιάσει τον εαυτό μου να σκέφτεται πολλές φορές, ειδικά αφού άλλαξε όλη η ζωή μας, μέσα στο 2020. Πολλοί συμφοιτητές μου, επίσης, λόγω δυσλεξίας ή ακόμα και κάποιας αναπηρίας, είναι αποκλεισμένοι γενικά από την εκπαίδευση.

Η ΔοΣυΠ (Δομή Συμβουλευτικής και Προσβασιμότητας) δημιουργήθηκε έτσι ώστε να βοηθήσει φοιτητές να προσαρμοστούν, να έχουν προσβασιμότητα σε χώρους του πανεπιστημίου και στην εκπαίδευση, να ενημερωθούν σε θέματα ψυχικής υγείας και να κοινωνικοποιηθούν. Δραστηριοποιείται σε όλες τις πόλεις του ΔΠΘ και αποτελείται από δύο τμήματα.



Στο Τμήμα Συμβουλευτικής και Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης μπορεί κάποιος να μιλήσει με ψυχολόγους, σε ατομικές συνεδρίες, για θέματα που αφορούν τη φοίτηση και όχι μόνο. Αποκτάμε πρόσβαση σε έναν “ειδικό”, που μπορεί να μας στηρίξει και να μας κατευθύνει στο να αντιληφθούμε και να αντιμετωπίσουμε τα ζητήματά μας, με εχεμύθεια και εμπιστοσύνη.

Μπορεί κανείς, επίσης, να συμμετέχει σε ομαδικές συζητήσεις, σε webinars και να παρακολουθήσει ομιλίες πάνω στην ψυχική υγεία, στη διαχείριση άγχους και άλλα κοινωνικά θέματα.

Το Τμήμα Προσβασιμότητας είναι υπεύθυνο για την ένταξη φοιτητών με αναπηρία ή μαθησιακές δυσκολίες στο περιβάλλον της κάθε σχολής, καθώς και για την προσαρμογή του εκπαιδευτικού υλικού ώστε να γίνει πιο φιλικό και προσβάσιμο σε αυτούς. Τα μέλη του φροντίζουν, μετά από επικοινωνία με τους αντίστοιχους φοιτητές, να τους ενημερώσουν και να τους εκπαιδεύσουν πάνω στη χρήση υποστηρικτικών τεχνολογιών και λογισμικού.



Ανάμεσα στις υπόλοιπες δράσεις, η ΔοΣυΠ έχει ξεκινήσει **ομάδες εθελοντισμού**, όχι μόνο πάνω σε θέματα προσβασιμότητας, αλλά και σε διάφορα θέματα που αφορούν τη φοιτητική ζωή. Μέσα από τις ομάδες αυτές, γνωρίζουμε και υποστηρίζουμε άτομα με δυσκολίες, διοργανώνουμε events και ημερίδες για να γνωρίσουμε την πόλη μας, να γνωριστούμε μεταξύ μας, και αποκτούμε οι ίδιοι νέες γνώσεις και δεξιότητες.

Η φοιτητική ζωή μπορεί να είναι δύσκολη. Όμως, με μία βοήθεια, είτε τη δεχόμαστε, είτε την προσφέρουμε, το “δεν ξέρω από πού να ξεκινήσω” μπορεί να γίνει “όλα τώρα βγάζουν νόημα” και “όλα μπαίνουν σε μια σειρά”.



Οι υπηρεσίες της ΔοΣυΠ παρέχονται **δωρεάν**. Για περισσότερες και πιο συγκεκριμένες πληροφορίες, επισκεφθείτε το site **dosyp.duth.gr**, ή καλέστε στα **25310 39050, 25310 39163**





Η δημιουργία ομάδων εθελοντών στη ΔοΣυΠ δηλώνει την πεποίθησή μας για τη σημασία του εθελοντισμού. Η βελτίωση της αυτοεκτίμησης και των διαπροσωπικών ικανοτήτων των φοιτητών, η απόκτηση νέων εμπειριών και δεξιοτήτων και η δημιουργία ενός δικτύου αλληλεγγύης, είναι στοιχεία που προάγονται μέσω αυτού.

Έτσι επιτυγχάνονται και οι κύριοι στόχοι της Δομής και επιπλέον τα οφέλη των δράσεων οδηγούν στη συνεκτικότητα της ομάδας, στην ομαλή προσαρμογή των φοιτητών στο νέο περιβάλλον, στην εξοικείωση με το εκπαιδευτικό περιβάλλον της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, στην ανάδειξη δεξιοτήτων και στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησής τους μέσα από τις δραστηριότητες και τα επιτεύγματά τους.

Το πρώτο ερέθισμα για τη διοργάνωση ομάδων εθελοντών

Ως πληροφορία για την ύπαρξη ομάδων εθελοντισμού, που δραστηριοποιούνται στο πλαίσιο λειτουργίας της ΔοΣυΠ, δόθηκε στο εργαστήριο της «ΜΕΤΑΒΑΣΗΣ στο πανεπιστήμιο», που πραγματοποιήθηκε στις 12 και 19 Νοεμβρίου 2018 στο τμήμα Κοινωνικής Διοίκησης & Πολιτικής Επιστήμης. Στο τέλος του εργαστηρίου δήλωσαν τη διαθεσιμότητά τους 37 φοιτητές. Στις 17 Ιανουαρίου του 2019 έγινε η πρώτη συνάντηση εθελοντών όπου και ανταποκρίθηκαν 21 από αυτούς στο κάλεσμα.

Εκπαίδευση

Έγινε η γνωριμία των μελών των 2 ομάδων και παράλληλα άρχισε να δημιουργείται κλίμα οικειότητας, ασφάλειας και εμπιστοσύνης μέσα από βιωματικές ασκήσεις και συζητήσεις με εβδομαδιαία συχνότητα, με την κάθε ομάδα ξεχωριστά. Έτσι ξεκίνησε το ταξίδι σε αυτή την καινούργια περιπέτεια, που φάνταζε σαν πρόκληση για όλους μας!!!

Πραγματοποιήθηκε εργαστήριο με θέμα την επικοινωνία και την ευαισθητοποίηση σε θέματα αναπηρίας.

Ενημερώθηκαν και συνεργάστηκαν με φορείς, συλλόγους, ειδικούς σε θέματα αναπηρίας όπως: ο σύλλογος «ΠΕΡΠΑΤΩ», το ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ, ΚΕΣΥ ν. Ροδόπης, ενημέρωση για τη γραφή braille και τη νοηματική.

Επίσης ενημερώθηκαν για θέματα εξαρτήσεων, ουσιών και φορέων που ασχολούνται με αυτές τις θεματικές, από στελέχη της Δο.Συ.Π.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Στόχοι

- Η γνωριμία των φοιτητών μεταξύ τους, συμβάλλοντας σε ένα πνεύμα ομαδικότητας πέρα από το Τμήμα φοίτησης του καθενός αλλά με μια πιο διευρυμένη οπτική.
- Η γνωριμία με τον τόπο σπουδών τους και ιδιαίτερα με ένα μέρος που μπορεί κανείς να απολαύσει τη φύση και να κινηθεί μέσα σε αυτό.
- Ευκαιρία κοινωνικοποίησης σε φοιτητές που έχουν δυσκολία σε αυτόν τον τομέα.
- Η καλλιέργεια κλίματος ενότητας και ομαδικότητας, στην ίδια την ομάδα των εθελοντών, μέσα από τη συνεργασία για την πραγματοποίηση της δράσης.



Στη δράση συμμετείχαν
57 φοιτητές

Πεζοπορία στη Νυμφαία

Γεννήθηκε, ως ιδέα, με διάθεση πρόσκλησης όλων των φοιτητών του πανεπιστημίου, στην πόλη της Κομοτηνής, για να μάθουν τη λειτουργία των εθελοντών της Δο.Συ.Π.



ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Ομάδες μελέτης



Η πρόταση γεννήθηκε από την ανάγκη των ίδιων των εθελοντών να μελετούν σε εξεταστικές περιόδους μαζί με συμφοιτητές τους.

Ξεκινήσαμε λοιπόν μια πιλοτική προσπάθεια για μελέτη «μαζί», αφού σε κάποιες περιπτώσεις αυτό βοηθά στη παρότρυνση αλλά και συγκέντρωση για μελέτη.

Χρησιμοποιήθηκαν δύο διαφορετικοί χώροι για το στόχο αυτό: οι αίθουσες της ΧΕΝ και ο χώρος της δημοτικής πινακοθήκης του συλλόγου καλλιτεχνών «ΑΘΗΝΙΩΝ».



Η δράση διήρκησε δύο εβδομάδες και συμμετείχαν 17 φοιτητές.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Διοργάνωση παιχνιδιού «Κυνήγι του θησαυρού»



Απευθυνόταν σε όλους τους φοιτητές με προτεραιότητα στους πρωτοετείς και σκοπό είχε τη γνωριμία με την πόλη μέσα από ένα ενδιαφέρον και διασκεδαστικό παιχνίδι, την γνωριμία μεταξύ τους αλλά και με τη ΔοΣυΠ.

Στη δράση αυτή συνεργαστήκαμε με την Αν. Καθηγήτρια Ράνια Ματσούκα και την Ειδικότητα Αθλητικού Τουρισμού και Αναψυχής της ΣΕΦΑΑ.

Συμμετείχαν 30 φοιτητές οι οποίοι μέσα απ' το παιχνίδι «Το κυνήγι του θησαυρού» ξεναγήθηκαν σε κεντρικά σημεία της πόλης.

Τη δράση αυτή οργάνωσαν και πραγματοποίησαν και οι δύο ομάδες εθελοντών της κεντρικής υπηρεσίας της ΔοΣυΠ.



Η έναρξη του παιχνιδιού



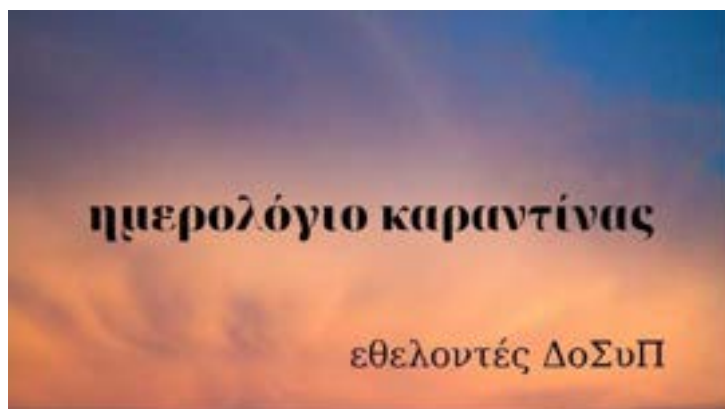
Η αξιολόγηση του παιχνιδιού

Play is our
brain's
favorite way
of **learning**

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Βιώνοντας την περίοδο της καραντίνας - Προτάσεις

Ζώντας οι ίδιοι, οι εθελοντές αυτή τη δύσκολη περίοδο εγκλεισμού για την προστασία μας από τον νέο κορονοϊό, θέλησαν να μοιραστούν την αγωνία και τις ανησυχίες τους αλλά κυρίως να δώσουν τις δικές τους προτάσεις για το πως μπορούμε να περάσουμε καλύτερα το δύσκολο διάστημα της καραντίνας καθώς και για το πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τις ευάλωτες κοινωνικές ομάδες. Έτσι λοιπόν εργάστηκαν για την σύνταξη «Ημερολογίου καραντίνας».



Φεβρουάριος

Είναι η αρχή απαγόρευση κυκλοφοριών παρατάσεων. Ακούγονται τα ταξίδια που είχαν προγραμματιστεί στην Μικρασιατική και άλλοι που κανόνισαν άλλοι γνωστοί και φίλοι.
Εμείς όμως συνεχίζουμε να κάνουμε σχέδια να ίδια πράγματα γιατί ακόμη δεν το συνειδητοποιούμε. Παραμένουμε στην Κορυνηή. Μονάξιμοι μακρινά από το αόρατο κίνητρο.

Μάρτιος

Τις πρώτες δέκα μέρες γίνεται μαθήματα κατανοώντας αλλά υπάρχει μια δική μας ανησυχία. Οι γονείς αναζητούν προγράμματα εκπαιδευτικά, γυμναστικά, γλώσσας. Φόβεται, ελπίδα στο σπίτι. Καμίνους οι γονείς επίσης αναζητούν να δουν ότι πρέπει να φύγουμε και έτσι ξεκινά να σταματήσει η ζωή μας εδώ με τους φίλους, τα μαθήματα, τις σπουδές, και η χαρά για κάποιους από μας είναι η τελευτή. Αλλά αυτή την πόλη. Άλλοι πάλι εργάζονται. Τι είναι ο μαθηματικός, πολλές φορές.

Την 11η μέρα του μήνα αναμένονται τα μαθήματα. Οι γονείς φωνάζουν να πάρει αμέσως, εκεί στο σπίτι. Στα ΚΤΕΛ χαμός. Καταφέρνουμε τις αμέσως επόμενες μέρες να φτάσουμε. Για κάποιους ανακούφιση που είναι στα σπίτια τους για κάποιους όχι. Ευτυχώς όμως που φύγαμε γιατί μια επιβεβαιώνει αυτήν την απώλεια της καθημερινότητας, αλάνια οι επιπτώσεις. Η χώρα μπαίνει σε καραντίνα. Δεν κυκλοφορεί πια χωρίς φόβο λόγω που οι επιπτώσεις σε μια από τις κατηγορίες του εθνικού Α ή Β.

Απρίλιος

Αναμενόμενα να κατείνε χαρά, να είναι κοντά σε άλλους κοντινότερα από το δύο μέτρα, απολαμβάνουν να χρώμα που μετά από κάθε (ζωή η επαφή με τη φύση). Καρπύς φορούμε γάντια και μάσκες. Γλυκά δυσχερής πια. Καθόλου έδωκε από ανθρώπους και αυτοκίνητα. Μόνο στα μάρκετ έχει κόσμο, έχει γίνει η μοναδική εξοδικοποιήσασκαση των Ελλήνων.

Όλη η χώρα κινείται στους ρυθμούς που αυτός ο νέος ιός επιβάλλει. Όσοι από εμάς μένουν σε χωριά έχουν μεγαλύτερη άνεση σε εξόδους λόγω καιρούς-χρόνους ή με έναν ακόμη, στην πόλη πιο δύσκολα, πέφτουν και πρόστιμα. Όλη η χώρα κάθε μέρα στις εξι το απόγευμα μπροστά στην tv περιμένει να δει και να ακούσει από τους υπεύθυνους για το πως εξελίσσεται η πηληθία στη χώρα μας αλλά και στον υπόλοιπο κόσμο.

Η κατάσταση εγκλεισμού αρχίζει να ζορίζει πολλούς από εμάς. Στο ίδιο σπίτι με τους γονείς και τα αδέρφια, όλη μέρα, κάθε μέρα. Ευτυχώς μιλάμε με τους φίλους μας στο fb, στο κινητό, στο skype. Και με τα μαθήματα τι γίνεται, τις εξετάσεις? Κάτι φαίνεται να γίνεται: τηλεκατάρτιση, μαθήματα διαδικτυακά. Όλοι προσπαθούμε να μπουκνουμε στα νέα δεδομένα, πλέκει το δίκτυο, κοιτάζουμε τα μαθήματα, αλλά σιγά-σιγά προχωράει καλύτερα, δε χάνουμε την επαφή με τη Σχολή.

ΠΑΣΧΑ

Όχι εκκλησίες, ανοιχτές, όχι πάρους να φύγουν, όχι μετακινήσεις σε άλλον χώρο εκτός της μόνιμης κατοικίας. Ευτυχώς παρακολουθείται η όλη της πανελληνίως γιατί έχουμε αδέρφια που είναι αυτή την αγωνία. Με τις δικές μας ζεστές τις τι θα γίνει? Πιστεύουμε ότι θα υπάρξει πρόβλεψη, με τημαρκτική άσκηση όμως?

Θέλουμε να συνεχίσουμε τη ζωή μας αλλά για να γίνει αυτό χρειάζεται να προσέξουμε για κάποιο διάστημα, θα μας το πουν οι επιστήμονες πόσο. Χρειαζόμαστε υπομονή και αντοχή... θα τα καταφέρουμε γιατί η ΖΩΗ πάντα νικάει...

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Υποστήριξη σε φοιτητές με αναπηρία

Ύστερα από αίτημα φοιτητή με αναπηρία στη ΔοΣυΠ, οι εθελοντές παρείχαν **βοήθεια στη συγγραφή εργασίας**.

Εργάστηκαν, επίσης, για τη **μετατροπή υλικού** σε προσβάσιμη μορφή, απαραίτητου για τη μελέτη μαθημάτων του φοιτητή.



Σύνταξη καταλόγου με κοινωνικές υπηρεσίες και υπηρεσίες υγείας του ν. Ροδόπης.



Στοχεύοντας στην ενημέρωση όχι μόνο των συμφοιτητών τους αλλά συνολικά του πληθυσμού της περιοχής της Ροδόπης, οι εθελοντές εργάστηκαν για την **κατάρτιση ενός καταλόγου** που θα περιλάμβανε τις κοινωνικές υπηρεσίες και υπηρεσίες υγείας του νομού Ροδόπης, διευκολύνοντας έτσι όσους θα ήθελαν να απευθυνθούν σε αυτές.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Προτάσεις για δημιουργικό χρόνο στο σπίτι απο την εθελοντική ομάδα Κομοτηνής

Παρακάτω, η εθελοντική ομάδα της Δο.Συ.Π. παρέχει μερικές προτάσεις για δημιουργικό χρόνο στο σπίτι, εν μέσω καραντίνας, και όχι μόνο. Προτάσεις για έναν πιο δημιουργικό χρόνο, ιδέες που μπορούν να υλοποιηθούν ακόμα και μέσω διαδικτύου.

Θέατρο



Αυτές τις εβδομάδες, είχαμε την ευκαιρία να παρακολουθήσουμε αρκετές παραστάσεις, ελληνικών και ξένων παραγωγών, οι οποίες τέθηκαν σε διαθεσιμότητα για το κοινό. Μερικές από τις προτάσεις μας είναι οι εξής:

Θέατρο Πορεία

<https://poreiatheatre.com/blog/article/355/ka8e-mera-8eatro-l-2os-kyklos-probolwn/>

Θέατρο του Νέου Κόσμου

<https://www.youtube.com/channel/UCxmzOOobx4a1Fsg2qevBTgA/videos>

Bolshoi Theatre, <https://www.youtube.com/user/bolshoi/videos>

Ίδρυμα Ωνάση, <https://www.youtube.com/user/sgtathens>

!HINT: Στο παρακάτω link, μπορείς να βρεις ποιες παραστάσεις είναι διαθέσιμες κάθε μέρα, σε Ελλάδα και εξωτερικό, με ένα κλικ!

<https://www.monopoli.gr/>

Κινηματογράφος



Παράλληλα, το διάστημα αυτό, μας παρέχεται η δυνατότητα να παρακολουθήσουμε και μεγάλες κινηματογραφικές στιγμές, Ελλήνων και ξένων δημιουργών, μικρού και μεγάλου μήκους. Με ένα κλικ, μετατρέπουμε το χώρο μας σε σινεμά.

Στο παρακάτω link, εβδομαδιαία, μας δίνεται η είσοδος για διάφορες ταινίες, φεστιβάλ, <https://www.talkingshots.com/festivals/my-darling-quarantine-short-film-festival>

Διεθνές Φεστιβάλ Κινουμένων Σχεδίων

<https://www.monopoli.gr/2020/04/14/promotional-items/cine-news/383895/diadiktyakes-vradies-tainias-apo-to-diethnes-festival-kinoumenon-sxedion-animasyros/>

15 οσκαρικές ταινίες μικρού μήκους, δωρεάν, online

<https://www.monopoli.gr/2020/03/24/promotional-items/cine-news/379611/15-oskarikes-mikrou-mikous-tainies-gia-dorean-streaming/>

Ταινιοθήκη της Ελλάδος

<https://www.monopoli.gr/2020/04/06/promotional-items/cine-news/382031/tainiothiki-tis-ellados-spanies-tainies-parousiazontai-gia-proti-fora-online/>

Μουσική - Χορός

Διαθέσιμες παραστάσεις από το **Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας**

<https://www.youtube.com/channel/UCd2dZMVE6x6OZR48Y7TLRYw>

Μπορείτε να βρείτε παραστάσεις που σας ενδιαφέρουν στο **Ίδρυμα Ωνάση**

<https://www.youtube.com/channel/UCXM78ckp7n3ubyNBjQA65JA>

Καθώς και στην **Εθνική Λυρική Σκηνή**

<https://www.youtube.com/user/elsnationalopera>

Μπορείτε επίσης, να ρίξετε μια ματιά και στις παραστάσεις του **Δημήτρη Παπαϊωάννου**, κάποιες εκ των οποίων βρίσκονται διαθέσιμες στο internet



Μουσεία



Όσον αφορά τα μουσεία, αυτή την περίοδο, έχουμε την τύχη να περιηγηθούμε σε πληθώρα μουσείων ανά τον κόσμο, που μας ανοίγουν τις πόρτες τους διαδικτυακά, προσφέροντάς μας πρόσβαση στις συλλογές τους. Μερικές από τις προτάσεις που εντοπίσαμε:

Μουσείο Ερμιτάζ, Ρωσία, https://www.youtube.com/watch?v=49YeFsxlrIw&feature=emb_title

Μουσείο Βαν Γκογκ, Ολλανδία, <https://www.vangoghmuseum.nl/en/explore-the-collection>

Εθνική Πινακοθήκη

[https://www.nationalgallery.gr/el/sulloges.html?](https://www.nationalgallery.gr/el/sulloges.html?fbclid=IwAR0FO2g0X9MYQHc4dOHRcT4CC9sbWtLrCjIQ9IGxnyStwU5HO1zIXLvciyw)

[fbclid=IwAR0FO2g0X9MYQHc4dOHRcT4CC9sbWtLrCjIQ9IGxnyStwU5HO1zIXLvciyw](https://www.nationalgallery.gr/el/sulloges.html?fbclid=IwAR0FO2g0X9MYQHc4dOHRcT4CC9sbWtLrCjIQ9IGxnyStwU5HO1zIXLvciyw)

Έκθεση για τη Frida Kahlo, <https://artsandculture.google.com/project/frida-kahlo>

Andy Warhol at Tate Modern, https://www.youtube.com/watch?v=ZjgAd6Z-dd0&feature=emb_title

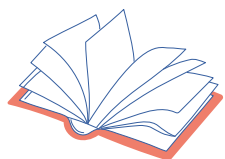
Cleveland Museum of Art, <https://www.clevelandart.org/art/collections>

Τέλος, μπορείτε να ενημερώνεστε διαρκώς από τη σελίδα

του **Υπουργείου Πολιτισμού**, που κοινοποιεί πάντοτε τις διαθέσιμες συλλογές στην

Ελλάδα: <https://www.facebook.com/culturegr/>

Διάβασμα



Όσον αφορά το διάβασμα, τα βιβλία αποτελούν μία μοναδική, διαθέσιμη παρέα. Παρακάτω, σας προτείνουμε κάποιες ιστοσελίδες για μοναδική πρόσβαση σε αρχεία, βιβλία, περιοδικά που μπορεί να σας ενδιαφέρουν.

Το **Scribd**, με μία δωρεάν 30ημερη εγγραφή, σας προσφέρει απεριόριστη πρόσβαση σε οτιδήποτε αναζητήσετε, <https://www.scribd.com/?lohp=2>

Η **Εθνική Βιβλιοθήκη της Γαλλίας**, δίνει πρόσβαση στις ψηφιακές τις συλλογές

<https://www.monopoli.gr/2020/04/10/promotional-items/382907/ethniki-vivliothiki-tis-gallias-dorean-prosvasi-se-oles-tis-psifiakes-sylloges-tis/>

Οι **εκδόσεις Διόπτρα**, ανακοίνωσαν ότι βρίσκονται δίπλα σε όποιον το έχει ανάγκη, και με ένα email, μπορούν να μας στείλουν κάποιο βιβλίο των εκδόσεών τους,

https://www.facebook.com/dioptrapublishing/posts/10157692481800783?__tn__=K-R

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Εμείς, αυτή την περίοδο, δώσαμε χώρο και χρόνο σε όσα βιβλία είχαμε στη λίστα των «αδιάβαστων», των «μισοδιαβασμένων» και όλων όσων πάντα θέλαμε να βρούμε χρόνο να διαβάσουμε, αλλά ποτέ δε βρήκαμε.

Μια καλή ιδέα, είναι να ξεκινήσετε διαβάζοντας το έργο Ελλήνων και ξένων συγγραφέων, φιλοσόφων, μελετητών, ποιητών (πολλά έργα των οποίων βρίσκονται σε ελεύθερη πρόσβαση στο ίντερνετ, μερικές φορές στα αγγλικά). Στραφείτε σε ό,τι κάνει εσάς να νιώθετε καλύτερα!

Σε περίπτωση που... νιώθετε αντιπαραγωγικές/-οί αυτό το διάστημα, υπάρχει λύση και γι' αυτό! Υπάρχουν αρκετοί οργανισμοί που παρέχουν δωρεάν σεμινάρια αυτή την περίοδο. Μερικές από τις προτάσεις μας, βρίσκονται παρακάτω:

- Η **Δομή Συμβουλευτικής και Προσβασιμότητας** του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης, πάντα κοντά στους φοιτητές, προσφέρει μία σειρά webinars, σε όσους το επιθυμούν. Περισσότερες πληροφορίες, εδώ: <https://www.facebook.com/dosypduth/>
- Η ομάδα του **She&He**, οργανώνει αυτό το διάστημα διάφορα webinars, με θέμα το Brand Targeting, το πώς να προωθήσεις τις ιδέες σου, θεματικές για την αποτυχία κ.α. Περισσότερα, εδώ: <https://www.facebook.com/SheandHeNGO/>
- Σεμινάρια από το **Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου**, <https://www.facebook.com/events/223776332272972/>



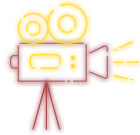
Μερικές ακόμη προτάσεις...



- <https://en.boardgamearena.com/?fbclid=IwAR3yixKzI9YgzabfP2mL9fCxp09337i4mrxE00VVfzcLNHakeZ6Sf7bOkjk>
- https://www.youtube.com/playlist?list=PLQ_IRFkDInv_zLVFTgXA8tW0MfliiuuM_&fbclid=IwARlwmom3Wi72BuuCmGeedgJK_BkLPG45Nkv9lpMON1cZWIrXdlTe7vBNbCQ
- 1984, του Τζωρτζ Οργουελ: <https://www.ebooks4greeks.gr/tag/1984-pdf>
- https://www.planetebook.com/free-ebooks/1984.pdf?fbclid=IwAR0gloEBDwDnhYtiuV_LbYowh7gzE5XKLxgSYx6hs_0UwhqC7DzH3ZW Xu-4

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ 2019-2020

Σινεμά στο σπίτι σας



- <https://webtv.ert.gr/shows/to-sinema-sto-spiti-sas/?fbclid=IwAR3RzhBPOnjDVyYhezRQB1bjM5ulcHv-1UfITiwNMp84qeRZ0G3ohxfBd8>
- <https://en.boardgamearena.com/?fbclid=IwAR3yixKzl9YgzabfP2mL9fCxp09337i4mrxE00VVfzcLNHakeZ6Sf7bOkjk>
- https://www.youtube.com/playlist?list=PLQ_IRFkDInv_zLVFTgXA8tW0MfliiuuM_&fbclid=IwARlwmmom3Wi72BuuCmGeedgJK_BkLPG45Nkv9lpMON1cZWIrXdlTe7vBNbCQ
- 1984, του Τζωρτζ Οργουελ: <https://www.ebooks4greeks.gr/tag/1984-pdf>
- https://www.planetebook.com/free-ebooks/1984.pdf?fbclid=IwAR0gloEBDwDnhYtiuV_LbYowh7gzE5XKLxgSYx6hs_0UwhqC7DzH3ZWXu-4
- <https://webtv.ert.gr/shows/to-sinema-sto-spiti-sas/?fbclid=IwAR3RzhBPOnjDVyYhezRQB1bjM5ulcHv-1UfITiwNMp84qeRZ0G3ohxfBd8>

Όλα τα παραπάνω, αποτελούν κάποιες από τις προτάσεις που βοήθησαν εμάς να περάσουμε δημιουργικά τον χρόνο μας.

Μείνετε ασφαλείς, υγιείς και να έχετε κουράγιο, δύναμη και δημιουργικότητα!





Δράση ευαισθητοποίησης

Οι πρώτες συναντήσεις με τους εθελοντές στην Ξάνθη άρχισαν τον Απρίλιο του 2019 με σκοπό τη διερεύνηση τρόπων δικτύωσης της Δο.Συ.Π. με την Πανεπιστημιακή Κοινότητα, την ενημέρωση για τη λειτουργία της και τις δράσεις της και φυσικά τον προγραμματισμό εθελοντικών δράσεων. Οι εθελοντές πρότειναν οι μελλοντικές εθελοντικές δράσεις στην πόλη της Ξάνθης να συνδεθούν με τα αντικείμενα σπουδών της Πολυτεχνικής Σχολής, ώστε να προσελκύουν περισσότερο τους φοιτητές της πόλης.



Οι εθελοντές της Δο.Συ.Π. του Παραρτήματος Ξάνθης βοήθησαν στη διοργάνωση της δράσης ευαισθητοποίησης με θέμα **«Άγχος: Ένας παρεξηγημένος φίλος»** που πραγματοποιήθηκε στο Αμφιθέατρο της Πολυτεχνικής Σχολής σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Φοιτητών της Πολυτεχνικής Σχολής «Η Γέφυρα».

Περιγράφοντας το φαινόμενο του άγχους συζητήσαμε, πώς μπορούμε να το διαχειριστούμε, λαμβάνοντας υπόψη το χρόνο που έχουμε στη διάθεσή μας, προκειμένου να ανταπεξέλθουμε στις προκλήσεις της ακαδημαϊκής ζωής.

Μέσα από την εκδήλωση αυτή κλήθηκαν οι φοιτητές να δουν το άγχος από διαφορετική οπτική γωνία, για να εξετάσουν αν αυτό είναι πράγματι εχθρός ή απλά ένας παρεξηγημένος φίλος.



Ξενάγηση πρωτοετών φοιτητών στην πόλη της Ξάνθης

Οι εθελοντές της Ξάνθης καλωσόρισαν τους νέους συμφοιτητές τους, σχεδιάζοντας αφίσα, χάρτη της πόλης και συλλέγοντας τις σημαντικότερες πληροφορίες για την φοιτητική ζωή της πόλης.

Η διάδοση και κοινοποίηση της δράσης έγινε από τους εθελοντές της Δο.Συ.Π. σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Έγινε αφισοκόλληση σε κεντρικά σημεία της πανεπιστημιούπολης και μοιράστηκαν ανακοινώσεις σε έντυπη μορφή στα κυκλεία των Τμημάτων της Πολυτεχνικής Σχολής.



Οι εθελοντές έδωσαν σημαντικές και χρήσιμες πληροφορίες στους πρωτοετείς φοιτητές τόσο για την πόλη της Ξάνθης όσο και για τη φοιτητική ζωή.

Μετά την ξενάγηση πρωτοετείς φοιτητές και εθελοντές γνωρίστηκαν καλύτερα με ένα ποτό σε φοιτητικό στέκι της πόλης.



Ο χάρτης της ξενάγησης



Ομάδα υποστήριξης στη μελέτη Study Group

Η ιδέα

Η ιδέα αναδύθηκε μέσα από τις συζητήσεις των εθελοντών της Δο.Συ.Π. του Παραρτήματος Ξάνθης σχετικά με τις ανάγκες των φοιτητών της πόλης. Στα Τμήματα της Πολυτεχνικής Σχολής υπάρχουν αρκετοί φοιτητές που φοιτούν σε μεγαλύτερα έτη αλλά χρωστάνε αρκετά μαθήματα μικρότερων εξαμήνων.

Επιπλέον υπάρχουν και φοιτητές, που έχουν καθυστερήσει για αρκετά έτη την ολοκλήρωση των σπουδών τους και έχουν χάσει την επαφή με τους συμφοιτητές τους..

Οι εθελοντές της ΔοΣυΠ πρότειναν να δημιουργήσουν μία ομάδα αλληλοϋποστήριξης αυτών των φοιτητών.



Σκοπός

Σκοπός της ομάδας αυτής είναι τόσο η ανταλλαγή σημειώσεων και πληροφοριών για διάφορα μαθήματα, όσο και τακτικές συναντήσεις για κοινή μελέτη. Η γνωστοποίηση αυτής της δράσης έγινε σε ιστοσελίδες και μέσα κοινωνικής δικτύωσης, με σκοπό να διαπιστωθεί το ενδιαφέρον άλλων φοιτητών.



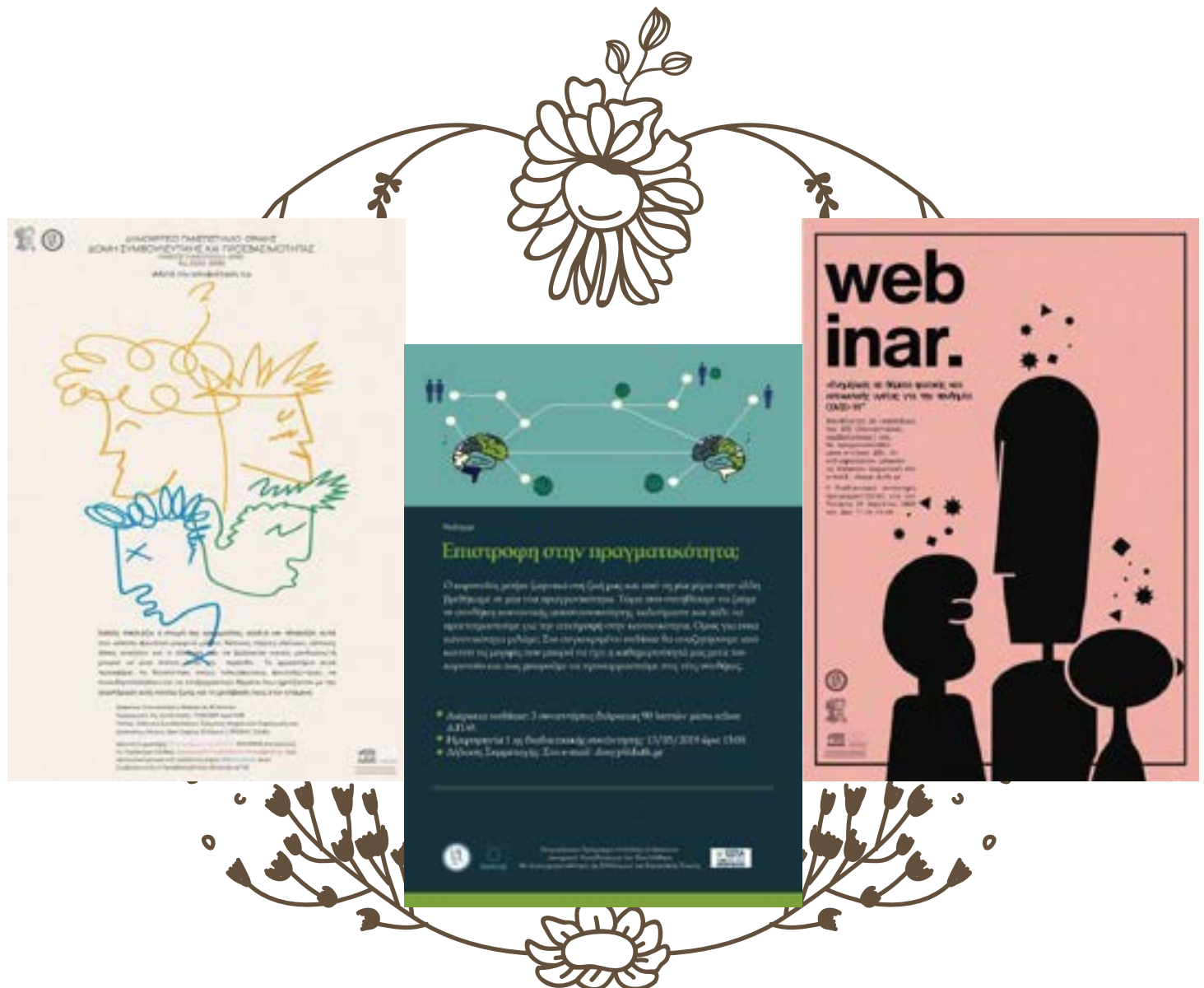


Δημιουργία αφισών απο τους εθελοντές



Ο εθελοντισμός στο Παράρτημα Ξάνθης ενισχύθηκε με δύο φοιτητές, οι οποίοι ενδιαφέρθηκαν να σχεδιάζουν τις αφίσες για τα εργαστήρια και τις δράσεις του Παραρτήματος Ξάνθης της Δο.Συ.Π.

Από το Δεκέμβριο του 2019 οι αφίσες για τα εργαστήρια και τις δράσεις της Δο.Συ.Π. σχεδιάζονται από τους 2 αυτούς εθελοντές μας.





Προτάσεις για δημιουργικό χρόνο στο σπίτι

Της Στεφανίας Καμπούρη-Μεγαλοκονόμου
Εθελόντρια στη ΔοΣυΠ Ξάνθης

Στα μέσα του Μαρτίου ήρθε η λέξη καραντίνα στη ζωή μας και άλλαξε λίγο τη ροή των πραγμάτων όπως την είχαμε συνηθίσει. Οι σχολές μας έκλεισαν, καταστήματα και αγορές έκαναν το διάλειμμα τους. Σταμάτησαν και οι συναντήσεις της δομής μέχρι να βρεθεί μια καλύτερη λύση.

Τη λύση δεν θα μπορούσε να τη φέρει άλλος από το διαδίκτυο το οποίο άρχισε να φιλοξενεί τις «συναντήσεις» των εθελοντών. Μάλιστα η επικοινωνία γινόταν σε πιο συχνή βάση από ότι συνήθως, καθώς όλοι βρισκόμασταν σπίτι με αρκετό ελεύθερο χρόνο και με πολλή όρεξη και ανάγκη για δημιουργικότητα και προσωπική εξέλιξη.



*Stay
home!*

*Stay
safe!*

Μέσα από τις συζητήσεις μας λοιπόν και τις διηγήσεις για το πώς περνάει ο χρόνος μέσα στο σπίτι, ανακαλύψαμε πολλά συναρπαστικά πράγματα τα οποία θέλαμε να μοιραστούμε και να δείξουμε σε όλη την ομάδα. Καταλήξαμε επομένως στην ιδέα του να δημιουργήσουμε δύο έγγραφα όπου θα είναι όλα μαζεμένα εκεί και χωρισμένα ανά τίτλο, ώστε ο καθένας ανάλογα με το τι τον ενδιαφέρει περισσότερο να μπει και να το ανακαλύψει.

Στο ένα έγγραφο (word) καταγράψαμε όλες τις ιδέες για περισσότερο δημιουργικό χρόνο στο σπίτι όπως τίτλοι από αγαπημένα βιβλία, μουσική, σειρές και στο άλλο έγγραφο (excel), προστέθηκαν κι άλλες ιδέες με ηλεκτρονικούς συνδέσμους ώστε να μπορεί να δει ο καθένας κατευθείαν την πρόσφατη αγαπημένη ταινία του άλλου ή την online θεατρική παράσταση που λάτρεψε.

Δεν θα μπορούσαμε να μην συμπεριλάβουμε στην λίστα μας τα ομαδικά ηλεκτρονικά παιχνίδια τα οποία μας προσέφεραν την ευκαιρία να παίξουμε με όλη την ομάδα ταυτόχρονα μηδενίζοντας έτσι τις αποστάσεις με τον δικό μας τρόπο.

Η ιδέα αυτή ήρθε πολύ φυσικά και σωτήρια καθώς όλα τα μέλη είχαμε λίγο παραπάνω την ανάγκη εκείνη την περίοδο να μοιραστούμε, να διασκεδάσουμε, να συμβουλευτούμε και να περάσουμε χρόνο συζητώντας και χαλαρώνοντας μακριά από άγχη και δυσάρεστες ειδήσεις.

Μερικοί από τους συνδέσμους που συλλέξαμε με την ομάδα είναι οι εξής:

Βιβλία:



<https://parallaximag.gr/life/se-aftes-tis-5-selides-tha-vreis-apeira-dorean-ilektronika-vivlia-sta-ellinika>

Ηλεκτρονικά παιχνίδια:



<https://en.boardgamearena.com/join>

<https://skribbl.io/>

<https://www.dod.gr/?app=games>

<https://store.steampowered.com/app/470220/UNO/>

Θεάματα:



<https://www.metopera.org/season/on-demand/>

<https://poreiatheatre.com/>

<https://www.n-t.gr/>

<https://play.wiener-staatsoper.at/?from=www.staatsoperlive.com>

<https://artsandculture.google.com/partner>

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ

Ο εθελοντισμός στο Παράρτημα της Αλεξανδρούπολης ξεκίνησε τον Οκτώβρη του 2018 και από τότε οι εθελοντές φοιτητές, με δημιουργικότητα, φαντασία και ομαδική προσπάθεια, καταφέρνουν να "στολίζουν" τη ΔοΣυΠ με δράσεις κοινωνικοποίησης και ευαισθητοποίησης, οι οποίες προσαρμόζονται ανάλογα με τις ανάγκες των φοιτητών και της εποχής.

Ξενάγηση πρωτοετών φοιτητών στην πόλη

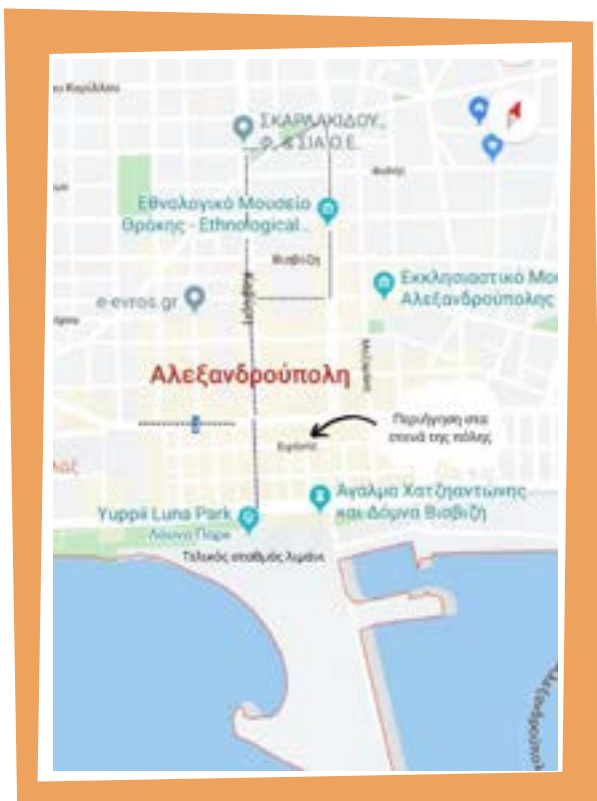
Το **σημείο συνάντησης** ήταν το Αναγνωστήριο των φοιτητών στην οδό Ιωακείμ Καβύρη, στην Αλεξανδρούπολη.

Η **επιλογή του σημείου** είχε ως στόχο να γνωρίσουν οι πρωτοετείς φοιτητές το Αναγνωστήριο, χώρο αυτοδιαχειριζόμενος από τους φοιτητές, όπου δρουν οι πολιτιστικές ομάδες της πόλης και στις περιόδους εξεταστικής λειτουργεί ως αναγνωστήριο.



Κατά τη **διάρκεια** της ξενάγησης οι πρωτοετείς φοιτήτριες είχαν τη δυνατότητα να γνωρίσουν άτομα από το Τμήμα τους και από άλλα Τμήματα του Δ.Π.Θ., ενώ αποκόμισαν και άλλες χρήσιμες πληροφορίες για την πόλη και τις σπουδές στο συγκεκριμένο Πανεπιστήμιο από τις εθελόντριες.

Η βόλτα **ολοκληρώθηκε** στο λιμάνι της Αλεξανδρούπολης, όπου όλες οι συμμετέχουσες περιέγραψαν την εμπειρία τους από τη δράση και συμπλήρωσαν το έντυπο αξιολόγησης δράσης.



ΔΡΑΣΕΙΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ 2019-2020

Γι' αυτό και οι εθελοντές φοιτητές της Αλεξανδρούπολης είχαν την ιδέα να δημιουργήσουν ένα **online podcast** με θέμα τη καραντίνα που μας επιβλήθηκε κατά τη διάρκεια της πανδημίας.

Το podcast χωρίστηκε σε **3 μέρη** τα οποία κοινοποιήθηκαν στο facebook group της ΔοΣυΠ σε διαφορετικές ημερομηνίες. Οι εθελοντές συζήτησαν μεταξύ τους για τις αλλαγές που βίωσαν, τους προβληματισμούς που γεννήθηκαν σε όλους τους τομείς της ζωής τους κατά τη διάρκεια της καραντίνας και οραματίστηκαν το μέλλον.

Με μεγάλη δημιουργικότητα και φαντασία, "έντυσαν" τα video αυτά με όμορφες εικόνες από την Αλεξανδρούπολη και με γνωστά μουσικά τραγούδια.

Το ημερολόγιο μιας καραντίνας

Η άφιξη της πανδημίας δημιούργησε καταστάσεις και ανάγκες που δεν είχαμε ζήσει ξανά και δεν φανταζόμασταν ποτέ ότι θα ζήσουμε.



<https://www.facebook.com/dosypduth/>



Δομή Συμβουλευτικής
και Προσβασιμότητας
φοιτητών του ΔΠΘ
@dosypduth



Τα video που δημιούργησαν οι εθελοντές θα τα βρείτε στο facebook group της Δο.Συ.Π

Μαρτυρίες των εθελοντών της Αλεξανδρούπολης από την συμμετοχή τους στις δράσεις

Οι εθελοντές φοιτητές του Παραρτήματος της Δο.Συ.Π. στην Αλεξανδρούπολη μοιράστηκαν τις αρμοδιότητές τους και τα ζητήματα με τα οποία ενεπλάκησαν την τελευταία διετία ως εθελοντές.

Ανάμεσα σ' αυτά με προτεραιότητα αναφέρεται η παροχή ακαδημαϊκής βοήθειας που παρείχαν σε συμφοιτητές τους.

Η αλληλεγγύη που ανέπτυξαν ως προς τη μελέτη πήρε τη μορφή study group:



Παροχή ακαδημαϊκής βοήθειας σε φοιτητή



«Συμπληρώνοντας, ακόμα, την αίτηση εγγραφής για τη Δομή, μας είχανε πληροφορήσει πως μια από τις αρμοδιότητές μας θα μπορούσε να είναι και η παροχή βοήθειας σε συμφοιτητές είτε σε μορφή study group, είτε με συμβουλευτικό τρόπο.

Έτσι λοιπόν τη χρονιά του 2019 χρειάστηκε η βοήθειά μας ακριβώς στον τομέα αυτό: ύστερα από αίτημα του φοιτητή από τη Δομή. Εμείς ως εθελοντές της Δο.Συ.Π. και παράλληλα σπουδαστές στην ίδια σχολή με τον εν λόγω φοιτητή, κληθήκαμε να τον βοηθήσουμε παρέχοντας γνωστικό υλικό (σημειώσεις) και συμβουλές σχετικά με τα μαθήματα της σχολής.

Εξετάσαμε τον τρόπο που θα ήταν δυνατή μια επαναπροσέγγιση του φοιτητή και διερευνήσαμε τι ακριβώς θα διαβάσουμε από ένα πλήθος μαθημάτων και πολλών ερχόμενων εξεταστικών, ώστε να είμαστε βοηθητικοί και υποστηρικτικοί.

Θεωρώ ότι μια τέτοιου είδους παροχή βοήθειας, από συνομήλικους, προσδίδει μια διαφορετική, πιο «κοντά» στο φοιτητή, προσέγγιση της σχολής, χωρίς τόσο άγχος και πιο ρεαλιστική αφού κάθε συμβουλή έχει προκύψει από τις προσωπικές μας εμπειρίες με αντίστοιχη ανησυχία και με μεγαλύτερη επίγνωση στο θέμα.»

Ευσταθία Μ. Φοιτήτρια Μοριακής Βιολογίας & Γενετικής

Δράση: Ξενάγηση πρωτοετών φοιτητών



«Στις 20 Οκτωβρίου 2019 πραγματοποιήσαμε την ξενάγηση των πρωτοετών φοιτητών της Αλεξανδρούπολης έχοντας ως στόχο να βοηθήσουμε τους νέους συμφοιτητές μας να εξοικειωθούν με την πόλη.

Έτσι, ξεκινήσαμε μοιράζοντας τους έναν χάρτη του κέντρου της πόλης, στον οποίο είχαμε σημειώσει τις βασικότερες οδούς και τις τοποθεσίες που θα σχολιάζαμε στην πορεία. Συγκεκριμένα, συμπεριλάβαμε σημεία πρακτικού ενδιαφέροντος, όπως βιβλιοπωλεία για την παραλαβή συγγραμμάτων και την αγορά σημειώσεων, αλλά και τοποθεσίες που είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με την διασκέδαση, όπως το σινεμά της πόλης. Ταυτόχρονα, συζητούσαμε, προσπαθήσαμε να γνωριστούμε καλύτερα, αλλά και να μοιραστούμε την δική μας εμπειρία ως πρωτοετείς φοιτητές, επιλύοντας έτσι ορισμένες από τις απορίες και τις ανησυχίες που κάθε φοιτητής έχει, καθώς ξεκινά αυτή την νέα φάση στην ζωή του.

Η ξενάγησή μας ολοκληρώθηκε στο λιμάνι της πόλης, όπου και μιλήσαμε λίγο παραπάνω για το περιεχόμενο των δράσεων και τις υπηρεσίες που προσφέρει η ΔοΣυπ, ενώ ζητήσαμε από τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο για να μοιραστούν τις εντυπώσεις τους από την ξενάγηση.

Προσωπικά, αισθάνθηκα ότι ήταν μια πολύ ευχάριστη εμπειρία, καθώς πιστεύω ότι βοηθήσαμε έστω και λίγο στην δύσκολη διαδικασία προσαρμογής των πρωτοετών φοιτητών στην νέα τους ζωή και θα χαιρόμουν να αναλάβω ξανά μέρος σε μια αντίστοιχη δράση.»

Ξένια Τ. Φοιτήτρια Ιατρικής

Ηχογράφηση διαφανειών – Μετατροπή υλικού σε ήχο



«Ένας από τους κύριους λόγους που έγινα μέλος της ομάδας εθελοντών της ΔΟ.ΣΥ.Π. ήταν η προσφορά βοήθειας σε συμφοιτητές μου για τους οποίους πράγματα που ίσως όλοι θεωρούμε δεδομένα να αποτελούσαν εμπόδιο στην φοιτητική τους εμπειρία.

Για τον λόγο αυτό, όταν μας ανατέθηκε τον Απρίλιο του 2020 η ηχογράφηση διαφανειών κάποιων μαθημάτων για φοιτητές με μαθησιακές δυσκολίες, χάρηκα ιδιαίτερα. Σπάνια οπτικοακουστικό υλικό των μαθημάτων ή των συγγραμμάτων είναι διαθέσιμο σε φοιτητές και κάτι που μπορεί να πάρει λίγη ώρα από την μέρα κάποιου, μπορεί να αλλάξει αισθητά το διάβασμα κάποιου άλλου.

Κατά την διάρκεια της διαδικασίας κατάλαβα ότι επωφελήθηκα και εγώ μέσα από αυτό, αφού εκείνη την περίοδο ήμουν μακριά από την σχολή μου και μέσω της ηχογράφησης ένιωθα ξανά παραγωγική στο πλαίσιο της φοιτητικής κοινότητας»

Αναστασία Μ. Φοιτήτρια Μοριακής Βιολογίας & Γενετικής

Οι εντυπώσεις του Βαγγέλη από την εθελοντική του συμμετοχή



«Η συμμετοχή μου στην ομάδα εθελοντών της ΔοΣυΠ ήταν η πρώτη μου επαφή με τον εθελοντισμό αυτό άλλωστε ήταν και το ισχυρότερο μου κίνητρο για να γίνω μέλος της. Η προσφορά βοήθειας και το αίσθημα της αλληλεγγύης που αυτός προσφέρει, όπως και η πνευματική ικανοποίηση που λαμβάνει κανείς μέσα από αυτόν είναι εμπειρίες ζωής.

Η ομάδα είχε πολλές δράσεις και παρόλο που έγινα μέλος σε αυτή, στην εκδήλωση της πανδημίας, κάτω από συνθήκες ακατάλληλες για οποιαδήποτε κοινωνική δραστηριότητα, κατάφερα να συμμετέχω και σε αυτές που σχετίζονται άμεσα με την παροχή βοήθειας σε άλλους φοιτητές και σε άλλες που εστίαζαν στην περαιτέρω επιμόρφωση των εθελοντών σε διάφορες θεματικές.

Εν ολίγοις, η συμμετοχή μου στην ομάδα μου έχει ήδη προσφέρει πολλά, παρά το μικρό χρονικό διάστημα κατά το οποίο δραστηριοποιούμαι σε αυτή και είμαι σίγουρος ότι με τον καιρό θα μου αποφέρει ακόμη περισσότερα.»

Βαγγέλης Π. Φοιτητής Ιατρικής

Δράση: Το ημερολόγιο μιας καραντίνας



Όπως συνέβη παγκοσμίως και σε οποιαδήποτε κατάσταση, η λειτουργία και η δράση των εθελοντών της ΔΟΣΥΠ Αλεξανδρούπολης επηρεάστηκε αναπόφευκτα από την πανδημία του κορωνοϊού. Κατά τη διάρκεια του lockdown οι συναντήσεις μας έγιναν διαδικτυακές, δράσεις που σχεδιάζαμε έμειναν πίσω, αλλά πρωτίστως οι αλλαγές που βίωνε το κάθε μέλος της ομάδας σε προσωπικό επίπεδο ήταν που ερχόντουσαν με έμμεσο ή άμεσο τρόπο αρκετά συχνά στο προσκήνιο.

Η ομάδα λειτούργησε ως ένας χώρος που οι εθελοντές είχαμε την ευκαιρία να εκφράσουμε αυτές τις δυσκολίες και να μοιραστούμε το πώς ήμασταν εκείνη την περίοδο. Μέσα από το υλικό που αναδύθηκε από αυτήν τη διαδικασία σκεφτήκαμε τα ανοιχτά Podcasts με τίτλο “Ημερολόγιο μιας Καραντίνας”, που είχε ως εστίαση το μοίρασμα των εμπειριών του κάθε εθελοντή για τις αλλαγές και δυσκολίες που βίωνε τόσο σε διαπροσωπικό όσο και σε ακαδημαϊκό επίπεδο.

Τα Podcasts αυτά αποτέλεσαν αφορμή για όποιους το άκουσαν να δουν πως δεν ήταν μόνοι τους με τις δικές τους δυσκολίες, να τις αναγνωρίσουν στο βαθμό που είχαν τη δυνατότητα και να κάνουν κάτι με αυτές στο παρόν τους.

Αυτό που σίγουρα κρατάω ως εθελοντής της Δο.Συ.Π. είναι πως οι εμπειρίες και οι δυσκολίες μου μπορούν με κάποιον τρόπο να λειτουργήσουν ως έναυσμα για κάποιους άλλους να διευκολυνθούν και να σταθούν στους εαυτούς τους. Και αυτό είναι μια πραγματικά ικανοποιητική αίσθηση!

Παναγιώτης Α. Φοιτητής Μοριακής Βιολογίας & Γενετικής

ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ

Τον Δεκέμβριο του 2018 ξεκίνησε ο εθελοντισμός στο παράρτημα της Ορεστιάδας από τους εθελοντές φοιτητές του τμήματος Δασολογίας και Διαχείρισης Περιβάλλοντος και Φυσικών Πόρων. Η φαντασία, η ευρηματικότητα και η αμέριστη αγάπη τους για το αντικείμενο των σπουδών τους και τον συνάνθρωπο ενεργοποίησε τους εθελοντές της ακριτικής Ορεστιάδας ώστε να φροντίζουν για την κοινωνικοποίηση και την ομαδικότητα με τους συμφοιτητές τους, μέσω δράσεων που αφορούν το περιβάλλον και τη φοιτητική ζωή στην πόλη.

Περιήγηση στην πόλη της Ορεστιάδας

Η **ξενάγηση** στην πόλη της Ορεστιάδας απευθυνόταν σε όλους τους φοιτητές των τμημάτων Δασολογίας και Αγροτικής Ανάπτυξης, με προτεραιότητα τους πρωτοετείς φοιτητές.

Σκοπός της δράσης ήταν η γνωριμία με την πόλη, η γνωριμία μεταξύ των φοιτητών αλλά και η γνωριμία με τη Δομή Συμβουλευτικής & Προσβασιμότητας.



Στην δράση αυτή η ομάδα εθελοντισμού της Δο.Συ.Π Ορεστιάδας συνεργάστηκε με όλους τους πολιτιστικούς συλλόγους φοιτητών και των δύο τμημάτων.

Στον περίπατο συμμετείχαν 23 φοιτητές οι οποίοι ξεναγήθηκαν σε κεντρικά σημεία της πόλης.



Η προστασία του περιβάλλοντος και η πρόληψη των πυρκαγιών, κύριο μέλημα της ομάδας εθελοντών Ορεστιάδας

Σκοπός του συγκεκριμένου βίντεο, είναι η ενημέρωση του κοινού όσο αφορά τις πυρκαγιές που πλήττουν κάθε χρόνο τη χώρα μας.

Το **Τμήμα Δασολογίας και Διαχείρισης Περιβάλλοντος και Φυσικών Πόρων** στο οποίο φοιτούν οι εθελοντές φοιτητές, ενδείκνυται για την ανάδειξη περιβαλλοντικών ζητημάτων όπως είναι οι πυρκαγιές, οι τρόποι με τους οποίους μπορεί να αποφευχθεί μια πρόκληση πυρκαγιάς αλλά και οι ενέργειες που μπορούν να γίνουν σε μία τέτοια περίπτωση.

Αφορμή για την υλοποίηση του οπτικο-ακουστικού υλικού από τους φοιτητές υπήρξε η ευαισθητοποίηση τους για περιβαλλοντικά ζητήματα, οι πυρκαγιές που έπληξαν και φέτος αρκετά μέρη της Ελλάδας.

Το ενημερωτικό βίντεο σχετικά με την πρόληψη των πυρκαγιών υλοποιήθηκε από τους εθελοντές φοιτητές της Ορεστιάδας και την συνεργασία με τα στελέχη της Δο.Συ.Π. Την κοινωνική λειτουργό κα. Κωστοπούλου Ιωάννα και τον μηχανικό ηλεκτρονικών υπολογιστών και πληροφορικής κο. Νικόλαο Δέτσικα.



<https://www.facebook.com/dosypduth/>



Δομή Συμβουλευτικής και Προσβασιμότητας φοιτητών του ΔΠΘ
@dosypduth



Τα video που δημιούργησαν οι εθελοντές θα τα βρείτε στο facebook group της Δο.Συ.Π

Εθελοντική ομάδα Δο.Συ.Π. Ορεστιάδας



Ονομάζομαι **Μαρία** και είμαι μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο τμήμα Δασολογίας του ΔΠΘ, στο πρώτο έτος. Είμαι εθελόντρια φοιτήτρια της ΔΟΣΥΠ εδώ και ένα χρόνο. Μαζί με την συμφοιτήριά μου Παναγιώτα Ν. θα σας παρουσιάσουμε τις δράσεις μας.

Για εμάς, τα μέλη αυτής της ομάδας ο εθελοντισμός στην φοιτητική κοινότητα προβάλλει το ανθρώπινο πνεύμα, τον πολιτισμό, τη συνεργασία, την ομαδικότητα και τη συνοχή.

- ▶ Ξεκινήσαμε πέρυσι με την προσφορά βοήθειας σε ημερίδα της ΔΟΣΥΠ σε συνεργασία με το ΚΨΥ Ορεστιάδας με θέμα: «Το άγχος και οι ψυχοκοινωνικές προεκτάσεις στους νέους».
- ▶ Δουλέψαμε με την κοινωνική λειτουργό «Το στίγμα στην ψυχική υγεία».
- ▶ Συνεχίσαμε με τη διασύνδεση όλων των συλλόγων των φοιτητών με στόχο τη δράση «Περιήγηση στην Ορεστιάδα» για τους πρωτοετείς φοιτητές των τμημάτων του ΔΠΘ Ορεστιάδας, με μεγάλη ανταπόκριση από την φοιτητική κοινότητα και αποτέλεσμα στη διευκόλυνση της κοινωνικοποίησης των φοιτητών, στην εξοικείωση με την πόλη και στη διασύνδεσή τους με συλλόγους και φορείς.

Παράλληλα, εγώ και η Παναγιώτα, δηλώνοντας ιδιαίτερο ενδιαφέρον για ακόμη περισσότερο εθελοντικό έργο, έχουμε συμβάλει υποστηρικτικά, ως βοηθοί στον συντονιστή ομάδας των εργαστηρίων και σεμιναρίων της ΔΟΣΥΠ σε θέματα που αφορούν την «ψυχική και κοινωνική υγεία», όπως το εργαστήριο «Μετάβαση στο Πανεπιστήμιο» τον Νοέμβριο του 2019, στο εργαστήριο «Γέφυρες Επικοινωνίας» και τον Ιούνιο του 2020 στο σεμινάριο «Κοινωνικές Δεξιότητες στην αγορά εργασίας».

Για μένα ο εθελοντισμός είναι το καταλληλότερο **εργαλείο** για να κάνεις την κοινωνία μέσα στην οποία ζεις και μεγαλώνεις, καλύτερη! Όπως και τον εαυτό σου! Ως παρακίνηση θα χαρακτήριζα την επιθυμία μου για την επίτευξη ενός στόχου, να βιώσω νέες εμπειρίες.



Τα **κίνητρα** που με ώθησαν είναι:

- Το αίσθημα της αλληλεγγύης και της προσφοράς προς αυτούς που χρειάζονται υποστήριξη
- Συμμετοχή σε ομάδες, το αίσθημα συντροφικότητας και κοινωνικότητας.
- Το αίσθημα προσωπικής ικανοποίησης και ολοκλήρωσης.
- Το αίσθημα απόκτησης γνώσης, μάθησης και προσωπικής ανάπτυξης
- και τέλος, η διασκέδαση.



Οι κοινωνικές μου ανάγκες, αυτές που σχετίζονται με τη συναναστροφή με άλλους ανθρώπους, ικανοποιήθηκαν σε μεγάλο βαθμό, με τη συμμετοχή μου στη ΔΟΣΥΠ. Εισέπραξα εκτίμηση, αγάπη και κατανόηση. Μαθαίνω συνεχώς και αναπτύσσω νέες δεξιότητες. Ανακαλύπτω πτυχές του εαυτού μου που δε γνώριζα πριν. Η συμμετοχή μου στις δράσεις εθελοντισμού της ΔΟΣΥΠ με βοηθούν να αναπτύσσω δεξιότητες που σχετίζονται με τη διαχείριση χρόνου, την ανάληψη ευθυνών, την ικανότητα ολοκλήρωσης ενός έργου, τη λήψη αποφάσεων και την επίλυση προβλημάτων καθώς και το αίσθημα προσφοράς προς το κοινωνικό σύνολο.

Μέσα από αυτή την εμπειρία απέκτησα νέα ενδιαφέροντα, νέες εμπειρίες και γνώρισα νέους ανθρώπους. Η έκθεση σε νέες καταστάσεις και νέους ανθρώπους οδηγούν σε νέες γνώσεις και δεξιότητες, και συμβάλλουν στην απόκτηση ικανοτήτων για τη συναναστροφή και τη συνεργασία με άλλους ανθρώπους. Οι πλούσιες εμπειρίες, οι νέοι ρόλοι και η εναλλαγή καταστάσεων που προσφέρει η εθελοντική εργασία είναι πολύτιμες και αποτελούν πηγή έμπνευσης.

Ονομάζομαι **Παναγιώτα** και είμαι μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο τμήμα Δασολογίας του ΔΠΘ. Ως εθελόντρια της ΔΟΣΥΠ στο παράρτημα της Ορεστιάδας αποκόμισα εμπειρίες οι οποίες φάνηκαν χρήσιμες στην παρούσα χρονική στιγμή της ζωής μου, όμως θεωρώ ότι θα παραμείνουν σημαντικές και με το πέρασμα των χρόνων.



Η πρώτη και βασικότερη είναι ότι κατάφερα να γίνω περισσότερο επικοινωνιακή. Η συναναστροφή μου επίσης με ανθρώπους με διαφορετικές αρχές και αντιλήψεις με βοήθησε να αποκτήσω υπομονή και δεκτικότητα, έννοιες τις οποίες δυσκολευόμουν να κατανοήσω παλαιότερα.

Το αίσθημα της αλληλεγγύης και η ανάγκη της προσφοράς αποτελούν πτυχές του εαυτού μου, τις οποίες δεν είχα την ευκαιρία να ανακαλύψω πριν τη συμμετοχή μου στην ομάδα εθελοντισμού.

Έτσι ως μεταπτυχιακή φοιτήτρια του τμήματος πλέον και έχοντας αποκτήσει πληθώρα πληροφοριών και γνώσεων, έχω την δυνατότητα να μοιραστώ με συνανθρώπους οτιδήποτε χρειαστούν.

Τέλος, θα ήθελα να προσκαλέσω όλους τους φοιτητές να γίνουν μέλη της ομάδας ώστε να βιώσουν προσωπικά, αυτή τη μοναδική περιπέτεια.





Συνεργασία του Τμήματος Προσβασιμότητας της ΔοΣυΠ, με τους Εθελοντές της ΔοΣυΠ.

Το Τμήμα Προσβασιμότητας της ΔοΣυΠ, σε συντονισμό με το Τμήμα Συμβουλευτικής και Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης, επιδιώκει την ισότιμη πρόσβαση στη γνώση των φοιτητών με αναπηρίες και μαθησιακές δυσκολίες, μέσω της προσαρμογής του περιβάλλοντος εκπαίδευσης, με την αξιοποίηση υποστηρικτικών τεχνολογιών πληροφορικής.



Οι δράσεις του, μεταξύ άλλων, αφορούν στην μετατροπή εκπαιδευτικού υλικού και συγγραμμάτων σε προσβάσιμη μορφή, στη συγκέντρωση και αξιοποίηση δωρεάν λογισμικού και ψηφιακών εργαλείων προσβασιμότητας και στην εκπαίδευση στη χρήση υποστηρικτικών τεχνολογιών και λογισμικού.

Τα δύο Τμήματα σε συνεργασία με τους Εθελοντές της ΔοΣυΠ, παρείχαν εξατομικευμένες υπηρεσίες σε αίτημα φοιτητών με δυσλεξία για μετατροπή υλικού σε προσβάσιμη μορφή.

Στο συγκεκριμένο περιστατικό συντονίστηκαν δράσεις:

- εκπαίδευσης των εθελοντών της ΔοΣυΠ σε δωρεάν λογισμικά υποστηρικτικής τεχνολογίας και
- παροχής μετατροπής εκπαιδευτικού υλικού σε μορφή προσβάσιμη για τους συγκεκριμένους φοιτητές.

Με τη σύμφωνη γνώμη των μελών ΔΕΠ, στα οποία ανήκει το εκπαιδευτικό υλικό (αρχεία pdf και PowerPoints), οι εθελοντές ανέλαβαν να ηχογραφήσουν την ανάγνωση των κειμένων του εκπαιδευτικού υλικού. Με αυτόν τον τρόπο, οι φοιτητές είχαν την δυνατότητα να ακούσουν το υλικό και όχι να το διαβάζουν.

Για την δράση αυτή, το Τμήμα Προσβασιμότητας παρείχε εκπαίδευση στους εθελοντές μέσω σεμιναρίων. Αρχικά, εκπαιδεύτηκαν πάνω στον σωστό τρόπο ανάγνωσης (π.χ. αργός ρυθμός ανάγνωσης, τρόποι προφορικής απόδοσης πινάκων ή λιστών, περιγραφή ή όχι εικόνων κ.α.) και στην συνέχεια πάνω σε δωρεάν λογισμικό ηχογράφησης και επεξεργασίας ήχου (Audacity, Audio Recorder).

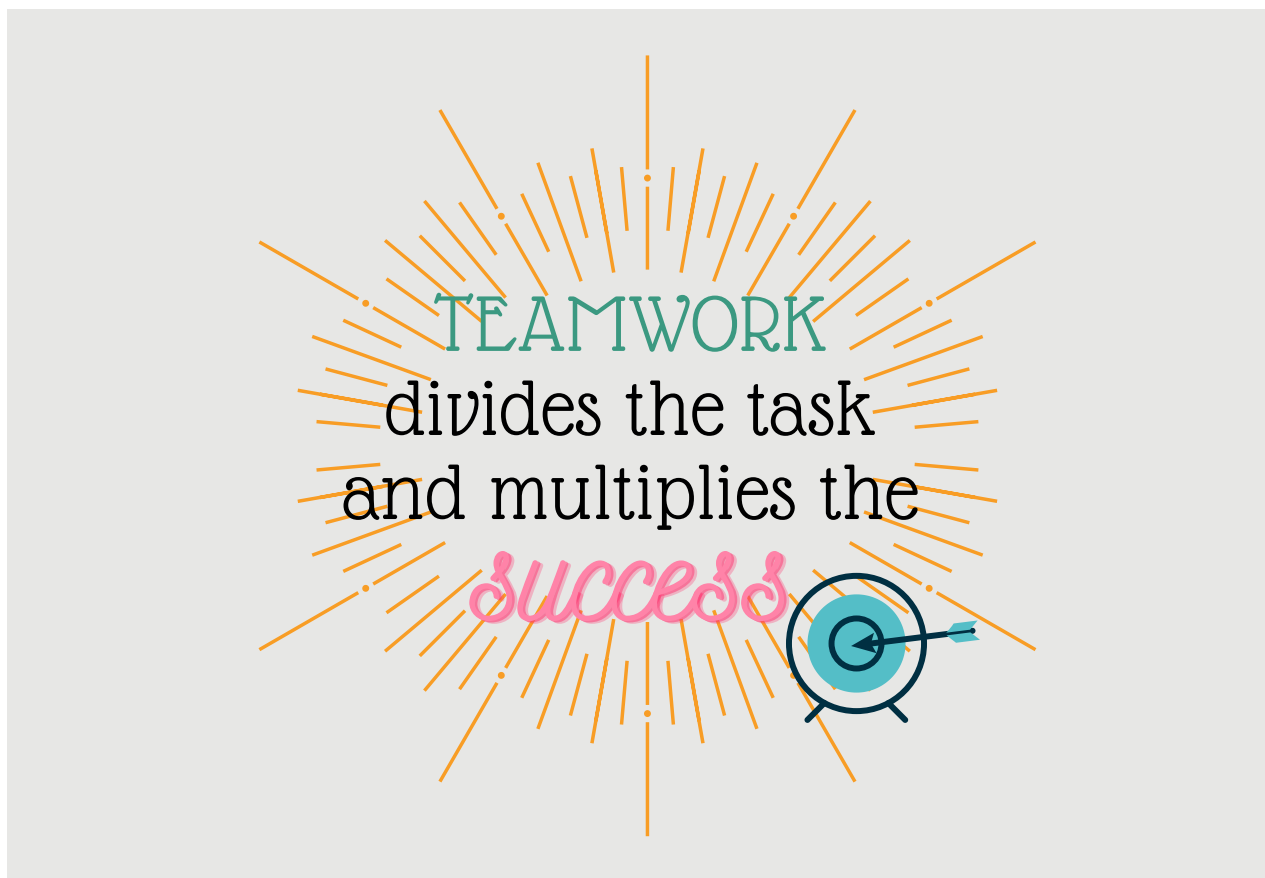
Το υλικό παραδόθηκε στους φοιτητές σε τρεις μορφές:

1. αρχεία ήχου mp3,
2. αρχεία PowerPoint με ενσωματωμένα αρχεία ήχου
3. αρχεία βίντεο



Οι ηχογραφημένες παρουσιάσεις των μαθημάτων συνέβαλαν στην αποτελεσματικότερη μελέτη του φοιτητών και στη βελτίωση της απόδοσής τους στις εξετάσεις. Η εμπειρία των φοιτητών, από τη συνεργασία του με τη ΔοΣυΠ, αξιολογήθηκε από τους ίδιους ως θετική.

**Στη μετατροπή του υλικού
συνέβαλαν 16 εθελοντές
φοιτητές της ΔοΣυΠ**





“Για ποιον γίνομαι πτυχιούχος;” ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΞΑΡΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ



Του **Παναγιώτη Αθανασόπουλου**

Απόφοιτος Μοριακής Βιολογίας & Γενετικής, ΔΠΘ

Εθελοντής στη ΔοΣυΠ Αλεξανδρούπολης

Στο πλαίσιο της πρόσφατης και σχετικά μικρής μου εμπειρίας από τη συμμετοχή μου στην ομάδα των εθελοντών της ΔΟΣΥΠ Αλεξανδρούπολης, σε συνδυασμό με την αποφοίτησή μου από το ΔΠΘ, έγραψα αυτό το άρθρο. Το συγκεκριμένο άρθρο αποτελεί μία σχετικά συνοπτική καταγραφή της προσωπικής μου εμπειρίας από το μεγάλο και παρατεταμένο μου ταξίδι στις προπτυχιακές μου σπουδές. Το ερώτημα που βρίσκεται στον τίτλο αυτού του άρθρου με ακολούθησε καθ'όλη τη διάρκεια των επίσημων τεσσάρων χρόνων του προπτυχιακού προγράμματος σπουδών μου, και κυρίως μετέπειτα κατά τη διάρκεια των έξτρα τριών χρόνων ως προπτυχιακός φοιτητής Εκτός Κύκλου Σπουδών στη Μοριακή Βιολογία και Γενετική.

Ήδη από τη στιγμή που μετακόμισα από την Αθήνα στην Αλεξανδρούπολη, ένιωθα πως βρισκόμουν σε μια συνεχή πάλη με τον εαυτό μου για το κατά πόσο η επιλογή των σπουδών μου ήταν πραγματικά μια απόφαση που πήγαζε από εμένα και παρέμενε μια κατάσταση στην οποία εγώ είχα τον πρώτο και τον τελευταίο λόγο. Φυσικά, δεν άργησα να συνειδητοποιήσω πως αυτό ήταν πολύ δύσκολο να γίνει διακριτό, όταν πάρα πολύ άνθρωποι στο περιβάλλον μου είχαν συνδέσει, έμμεσα ή άμεσα, τις προπτυχιακές μου σπουδές με τη δική τους ζωή. Πιο συγκεκριμένα, αντιμετώπιζα την πολύ έντονη δυσκολία να διαχωρίσω το δικό μου βίωμα από το ότι η οικογένειά μου και κοντινοί σε εμένα άνθρωποι ένιωθαν πως είχαν λόγο στη δική μου ζωή, και να οριοθετηθώ με κάποιον τρόπο απέναντι σε αυτό, διατηρώντας έτσι ένα σχετικά ασφαλές περιβάλλον για εμένα, μέσα στο οποίο θα μπορούσα να αναπτύσσομαι και να διαπραγματεύομαι την ταυτότητά μου σε σχέση με το αντικείμενο που σπούδαζα. Δεν θα μου έκανε ιδιαίτερη έκπληξη, αν διαβάζοντας αυτό που προείπα σας γεννηθεί το ερώτημα:

“Μα είναι η οικογένειά σου που σε στηρίζει... Προφανώς δεν έχουν λόγο σε αυτό που κάνεις;”

Το συγκεκριμένο ερώτημα εξάλλου άκουγα αρκετά συχνά σε συζητήσεις μου με συναδέλφους και φίλους περί αυτού του θέματος.

Χωρίς να μπω στη διαδικασία να απαντήσω σε αυτό το ερώτημα άμεσα, θα σταθώ περισσότερο σε κάτι που πιστεύω πως με τον έναν ή τον άλλον τρόπο αγγίζει αρκετά τον οποιοδήποτε φοιτητή: μη μπορώντας να διαχωρίσω την παρουσία των άλλων από τις σπουδές μου, γινόταν φανερά πιο δύσκολο το να ανακαλύπτω διαρκώς ποια είναι η δική μου σχέση με το αντικείμενο που σπούδασα, το κατά πόσον ήμουν ικανοποιημένος με το Πρόγραμμα των Σπουδών αυτό καθαυτό και να προετοιμαστώ για το επερχόμενο τέλος και την οποιαδήποτε συνέχεια που φέρνει αυτό. Και εδώ αναφέρω τη συνέχεια, τουλάχιστον ως δυνατότητα, παρά ως κάτι δεδομένο, καθώς όπως αντιλήφθηκα μεταγενέστερα προκειμένου να υπάρξει η οποιαδήποτε συνέχεια, χρειάζεται να έχω έρθει έστω και ελάχιστα σε επαφή με το τέλος.

Έτσι, ολοκληρώνοντας το τέταρτο έτος, το ερώτημα “Για ποιον παίρνω το πτυχίο;”, σε συνδυασμό με τις έντονες δυσκολίες που εντόπιζα στην αγορά εργασίας του κλάδου μου για ανθρώπους της ηλικίας μου, εντάθηκε. Και η απόφαση να παρατείνω τις σπουδές μου, βγήκε σχεδόν αβίαστα. Μια παράταση που κράτησε τρία παραπάνω χρόνια.

Μέσα στη διάρκεια των χρόνων Εκτός Κύκλου Σπουδών, διαπραγματευόμουν σοβαρά και το ενδεχόμενο του να μην πάρω το πτυχίο μου, καθώς είχε αρχίσει να χάνει και το νόημά του για μένα. Κατ’ αυτό το διάστημα όμως, είχα φροντίσει να κρατώ στενές επαφές με ακαδημαϊκά projects στο Τμήμα, αλλά και με τελειόφοιτους. Πολύ συχνά συζητούσαν μαζί μου δικούς του προβληματισμούς σε σχέση με το μετά και το πως σκέφτονταν να συνεχίσουν τη ζωή τους. Άλλοι σκέφτονταν πως θέλανε να αφιερωθούν στο να ανακαλύψουν τι τους ταιριάζει. Άλλοι στο να δουλέψουν εντατικά προκειμένου να διευκολύνουν τους γονείς τους οικονομικά, ώστε με κάποιον τρόπο να τους ξεπληρώσουν για τη συνεισφορά τους στις σπουδές τους. Και άλλοι συνειδητά να επιλέγουν να παρατείνουν τις σπουδές τους, αλλά αντί να μένουν στο προπτυχιακό, να επιλέγουν ένα μεταπτυχιακό ή ένα άλλο εκπαιδευτικό πρόγραμμα που τους διαφύλασσε την αίσθηση ότι οι συνθήκες της ζωής τους δε θα άλλαζαν και τόσο δραματικά. Και κάπου εκεί ήταν που συνειδητοποίησα πως ο κάθε ένας τελικά αντιμετωπίζει τις προσωπικές του δυσκολίες σε σχέση με το κλείσιμο ενός τέτοιου σημαντικού Κεφαλαίου στη ζωή τους. Κάτι που τους έκανε αντί να εστιάζουν στη σημασία που έχει για αυτούς, να επικεντρώνονται σε εξωτερικούς παράγοντες.

Μετά από αυτήν τη συνειδητοποίηση έφτασα στο σημείο να δουλεύω προς μια κατεύθυνση, ώστε εκεί που στην αρχή έβλεπα εμπόδια να μπορώ να βλέπω ευκαιρίες. Ίσως, φαίνεται να το περιγράψω με κάποια σχετική ευκολία, αλλά στην πραγματικότητα δεν ήταν -και δεν είναι ακόμη- τόσο εύκολο. Ωστόσο ήρθα σε επαφή με τη σημασία αυτού. Να νιώθω δηλαδή σχεδόν σε καθημερινή βάση, πως είμαι ο μόνος άνθρωπος που

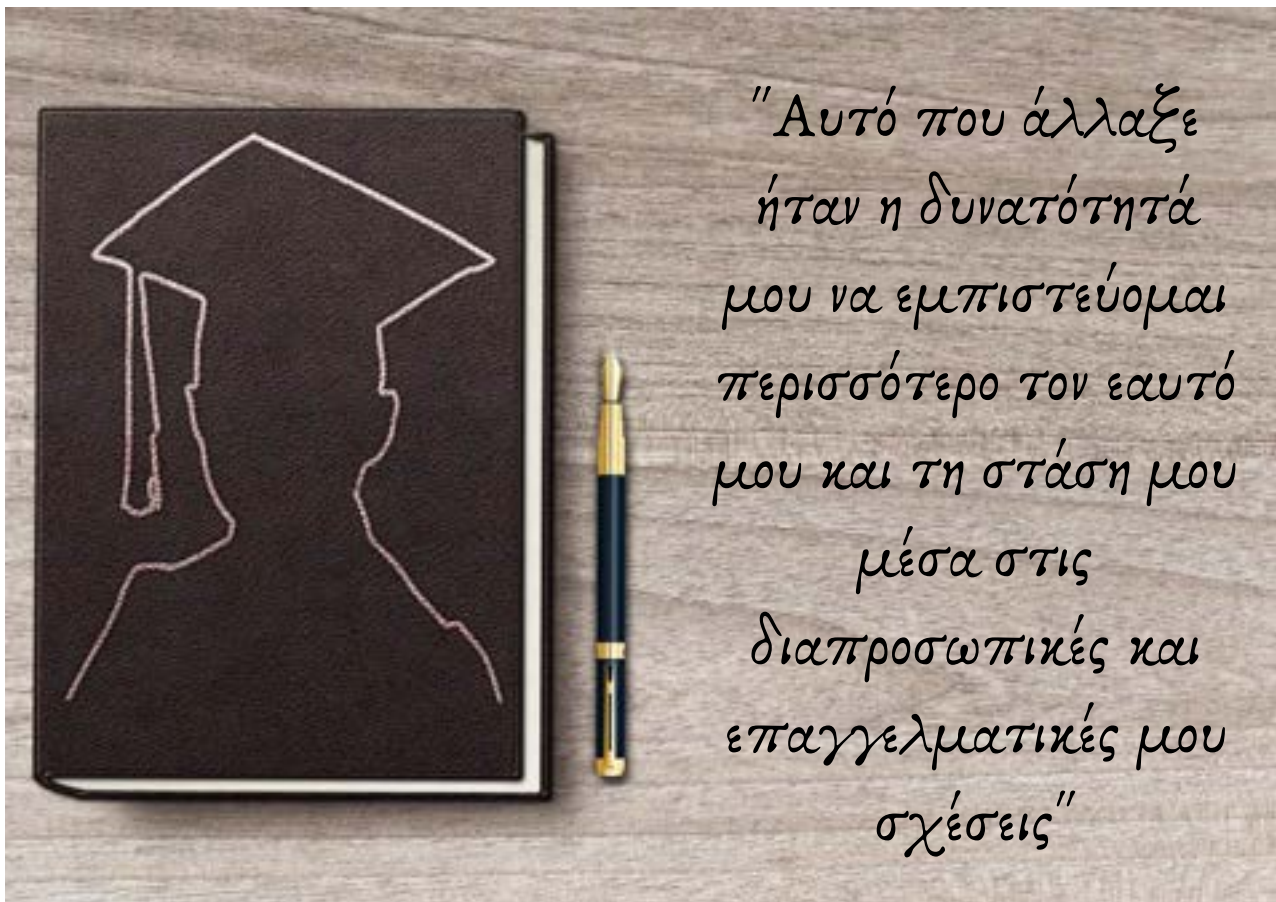


μπορεί να δώσει νόημα σε αυτό που κάνει και είμαι μόνος μου σε αυτό. Έχω τη δυνατότητα να έχω επιλογή για ό,τι κάνω στη ζωή μου και να βιώνω κάθε φορά το κέρδος και το κόστος αυτής της επιλογής. Χωρίς να σημαίνει πως δεν μπορώ να το μοιράζομαι αυτό με κάποιον άλλον, καθώς το μοίρασμα είναι σημαντικό στο να διευρύνω την εμπειρία μου και να βλέπω εναλλακτικές που μέχρι πρότινος δεν αντιλαμβανόμουν. Ωστόσο, στο τέλος της ημέρας εγώ είμαι αυτός που επιλέγω. Αυτό είναι που με κάποιον άλλον τρόπο μου αρέσει να αναφέρω ως “Λαμβάνω την Προσωπική Ευθύνη της Ζωής μου”.

Οφείλω να πω πως δεν είναι κάτι εύκολο, και ούτε είναι κάτι με το οποίο είμαι σε επαφή κάθε λεπτό της ημέρας. Αλλά είναι κάτι στο οποίο δουλεύω συνεχώς και έχω επιλέξει να κατευθύνομαι προς. Έτσι, μετά από τα επτά χρόνια των παρατεταμένων προπτυχιακών μου σπουδών, με παράλληλες επαγγελματικές εκπαιδεύσεις στο χώρο της Ψυχικής Υγείας

και σε κλάδους της Μοριακής Βιολογίας και Γενετικής, αποφοιτώ από το Τμήμα και ήδη έχω ξεκινήσει να δραστηριοποιούμαι σε διάφορα επαγγελματικά προγράμματα που είτε βρήκα, είτε δημιούργησα βάσει δικών μου αναγκών. Έχοντας ενδιάμεσα και τις πολλαπλές και αλληπάλληλες αλλαγές που επέφερε η πανδημία COVID-19, μπορώ να πω πως νιώθω πολύ πιο ευέλικτος από ποτέ στο επαγγελματικό κομμάτι. Και αυτό όχι γιατί τα πράγματα είναι πιο εύκολα αυτήν την περίοδο. Εξάλλου οι επαγγελματικές συνθήκες δεν ήταν ποτέ τόσο εύκολες για τη δική μου γενιά, όπως δεν ήταν κατά αντίστοιχο τρόπο και για τις προηγούμενες όταν έβγαιναν στον χώρο της αγοράς εργασίας. Αυτό που άλλαξε ήταν η δυνατότητά μου να εμπιστεύομαι περισσότερο τον εαυτό μου και τη στάση μου μέσα στις διαπροσωπικές και επαγγελματικές μου σχέσεις.

Κλείνοντας, ελπίζω πως αυτό το άρθρο λειτούργησε για τους αναγνώστες του κυρίως κινητοποιητικά σε σχέση με αντίστοιχους προβληματισμούς. Πιστεύω πραγματικά τώρα πια και μέσα από την εμπειρία μου, πως με την εμπιστοσύνη προς τον εαυτό του κάποιος έχει τη δυνατότητα να νοηματοδοτεί καθημερινά το οτιδήποτε και αν κάνει, ώστε να νιώθει αυτόνομος και επαρκής μέσα σε όποια σχέση κι αν βρίσκεται. Και για μένα συνειδητοποιώ πως έχει πραγματική αξία που δούλεψα αυτό το κομμάτι μέχρι τώρα με όποιον τρόπο μπόρεσα και γι'αυτό θα συνεχίσω να το δουλεύω, όσο το επιτρέπω, μέχρι και το τέλος της ζωής μου.



Μποζ Ερσίν

Ένας επιστήμονας με απώλεια όρασης που ξεπέρασε όλα τα εμπόδια για να πετύχει τους στόχους του

Της **Σαββίνας Πατσαλή**

Κοινωνική Λειτουργός - ΔοΣΥΠ Αλεξανδρούπολης

Συνέντευξη



Κύριε Μποζ, ευχαριστούμε πολύ που δεχτήκατε την πρόσκληση. Πείτε μας λίγα λόγια για εσάς

Σας ευχαριστώ θερμά! Είμαι ο Ερσίν Μποζ, είμαι 34 ετών και έχω απώλεια όρασης. Επίσης είμαι παντρεμένος και έχω 2 μικρά παιδιά. Η Νομική είναι η δεύτερη σχολή που κατάφερα με πολύ κόπο και προσπάθεια να ολοκληρώσω. Η πρώτη σχολή που φοίτησα ήταν το Παιδαγωγικό Δημοτικής Εκπαίδευσης το 2008 και από τότε εργάζομαι ως δάσκαλος στο Δημοτικό Σχολείο Τυφλών και Αμβλυώπων της Ξάνθης.

Πως πήρατε την απόφαση να σπουδάσετε; Ήταν ένα όνειρο που θέλατε από μικρός ή προέκυψε στην πορεία;

Εγώ προέρχομαι από τη μειονότητα της Θράκης και από μια πολύ φτωχή οικογένεια στην οποία δεν σπούδασε κανείς και έτσι δεν υπήρχε καμία προοπτική να σπουδάσω. Την πρώτη χρονιά δεν πήγα στο γυμνάσιο όμως ο εξάδελφός μου, που ήταν μορφωμένος, έπεισε τους γονείς μου να με αφήσουν να προσπαθήσω. Έτσι με πολύ μεγάλη στήριξη από την αγράμματη μητέρα μου και προσπάθεια δική μου κατάφερα να περάσω στο Παιδαγωγικό Τμήμα, που πάντα ήθελα. Η μητέρα μου ήταν τα μάτια που δεν είχα και με βοήθησε πολύ στην προσπάθειά μου.

Σε αυτή σας την απόφαση, τι ρόλο έπαιξε η γνώμη του στενού σας περιβάλλοντος;

Μεγάλο ρόλο έπαιξε η επιρροή του συγγενή μου, που προανέφερα, ο οποίος έπεισε τους γονείς μου να μην αφήσω το σχολείο καθώς δεν υστερούσα νοητικά. Εγώ ο ίδιος δεν είχα μεγάλες προσδοκίες γιατί το περιβάλλον του σχολείου υποτιμούσε συνέχεια τις δυνατότητες μου. Στην πορεία κατάλαβα ότι έχω δυνατότητες και από τότε δεν σταματώ να εξελίσσομαι και να μαθαίνω καινούρια πράγματα.

*"Η μητέρα μου
ήταν τα μάτια
που δεν είχα"*

Ποιοι ήταν οι άνθρωποι που σας στήριξαν στην πορεία των σπουδών σας;

Εκτός από το οικογενειακό περιβάλλον, στη διάρκεια του δεύτερου πτυχίου μου, της Νομικής σχολής, είχα πολύ μεγάλη στήριξη από τη σύζυγό μου. Με συνόδευε στη σχολή ώστε να παρακολουθώ μαθήματα και να δίνω εξετάσεις. Επίσης, με βοήθησε στη μετατροπή των συγγραμμάτων σε αρχεία ήχου και ότι άλλο χρειαζόμουν. Μετά τη μητέρα μου, τα μάτια μου πλέον ήταν η σύζυγός μου. Όσον αφορά τις υπηρεσίες του πανεπιστημίου, η βοήθεια που είχα εκείνο τον καιρό ήταν μηδενική.

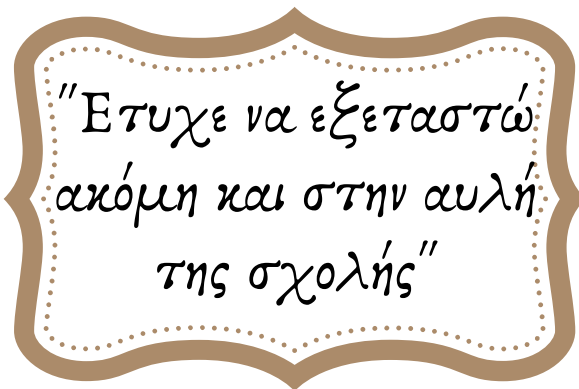
Πως επιλέξατε τα συγκεκριμένα αντικείμενα για τις σπουδές σας;

Από μικρός είχα αδυναμία στα παιδιά και ήθελα να γίνω δάσκαλος. Ήταν ένα όνειρο που έκανα πραγματικότητα. Αρχικά ξεκίνησα τη σχολή με πολύ χαμηλές προσδοκίες και δεν ήξερα αν θα τα καταφέρω, ήθελα όμως να προσπαθήσω. Τελικά τα κατάφερα και τώρα εργάζομαι σε έναν οικείο, για μένα, χώρο όπου λειτουργώ ως πρότυπο για τα παιδιά με προβλήματα όρασης.

Τη νομική σχολή, την επέλεξα γιατί με βοηθάει στη θέση που κατέχω ως πρόεδρος της Περιφερειακής Ένωσης Τυφλών Θράκης. Με τις επιπλέον γνώσεις που απέκτησα μπορώ κι εγώ να βοηθάω τα μέλη μας σε ό,τι νομικό ζήτημα προκύψει.

Όσον αφορά τις δυσκολίες που συναντήσατε στη φοίτησή σας, ποιες ήταν αυτές και πως τις αντιμετωπίσατε;

Αντιμετώπισα πολλές δυσκολίες κυρίως στη μετατροπή των συγγραμμάτων σε αρχεία ήχου ώστε να διαβάζω και να μπορώ να δίνω εξετάσεις. Η μετατροπή των συγγραμμάτων σε μορφή Braille ήταν πολύ χρονοβόρα, ενώ η εύρεση τους σε ηλεκτρονική μορφή ήταν αδύνατη.



Η πρόσβαση στη βιβλιοθήκη του πανεπιστημίου ήταν δύσκολη γιατί χρειαζόμουν βοήθεια από κάποιον. Όταν έβρισκα το βιβλίο που έψαχνα, έπρεπε πάλι να το μετατρέψω σε αρχείο ήχου.

Μεγάλες δυσκολίες αντιμετώπισα επίσης, στον τρόπο εξέτασης των μαθημάτων καθώς έτυχε να εξεταστώ ακόμη και στην αυλή της σχολής, στο κυλικείο και γενικά όπου βόλευε τους καθηγητές. Δεν υπήρχε σχεδιασμός και οργάνωση για τους φοιτητές με αναπηρίες.

Ποια ήταν η εμπειρία σας με τους καθηγητές; Ήταν υποστηρικτικοί;

Ελάχιστοι καθηγητές ήταν θετικοί στο να ακούσουν και να βοηθήσουν. Με αντιμετώπιζαν σαν φοιτητή χωρίς αναπηρία και δεν λάμβαναν υπόψη τις ανάγκες ενός ατόμου με απώλεια όρασης.

Είχατε συνεργασία με συμφοιτητές; Σας βοήθησαν με κάποιο τρόπο;

Με βοήθησαν κάποιοι συμφοιτητές εθελοντικά, όμως δεν ήταν πάντα διαθέσιμοι. Καλό θα ήταν το πανεπιστήμιο να παρέχει ειδικούς επαγγελματίες οι οποίοι να βοηθούν τα άτομα με αναπηρίες ώστε να υπάρχει συνέπεια και καλύτερη οργάνωση.

Πως πιστεύετε ότι οι εθελοντές θα μπορούσαν να προσεγγίσουν τους συμφοιτητές με αναπηρία και να τους βοηθήσουν με κάποιο τρόπο;

Κατά τη γνώμη μου θα πρέπει να δημιουργηθεί μια κλειστή και σταθερή ομάδα φοιτητών, η οποία θα παρέχει βοήθεια σε ανθρώπους με αναπηρίες (κινητική, όρασης) και θα συντονίζεται από τη ΔοΣυΠ. Έτσι θα μπορούμε κι εμείς να αισθανόμαστε ασφάλεια και να έχουμε εμπιστοσύνη στους εθελοντές αυτούς. Για εμάς σημαντικό ρόλο παίζει να μας προσεγγίζουν με μοναδικό γνώμονα το πραγματικό τους ενδιαφέρον για βοήθεια και όχι με σκοπό κάποιο όφελος ή αντάλλαγμα, όπως είναι για παράδειγμα η προσπάθεια ένταξής μας σε πολιτικές παρατάξεις.



Όσον αφορά τη Δομή Συμβουλευτικής και Προσβασιμότητας, ποιες δράσεις πιστεύετε ότι θα μπορούσε να υλοποιήσει ώστε να βοηθήσει τους φοιτητές με αναπηρίες και να τους κινητοποιήσει να συμμετέχουν ενεργά;

Η ΔοΣυΠ θα μπορούσε να πραγματοποιεί βιωματικά εργαστήρια με τη συμμετοχή και πρωταγωνιστικό ρόλο φοιτητών με αναπηρίες ώστε να ευαισθητοποιηθεί η φοιτητική κοινότητα και να αποκτήσει μια προσωπική εμπειρία και επαφή με άτομα με αναπηρίες. Πιστεύω ότι αν οι φοιτητές αποκτήσουν μεγαλύτερη κατανόηση των προβλημάτων που αντιμετωπίζουμε εμείς, θα βοηθήσει πολύ στην αντιμετώπιση που θα έχουν γενικότερα απέναντι σε άτομα με αναπηρίες.

Τι θα προτείνατε για το Πανεπιστήμιο; Τι μέτρα και τι προγράμματα θα μπορούσαν να συμπεριληφθούν ώστε να γίνει περισσότερο ελκυστικό και προσβάσιμο στα άτομα με αναπηρίες;

Αρχικά, πολύ σημαντική είναι η βελτίωση των κτιριακών εγκαταστάσεων ώστε τα άτομα με κινητικές αναπηρίες να μη χρειάζονται βοήθεια για να προσεγγίσουν τις αίθουσες. Επίσης πρέπει να υπάρχουν σημάνσεις στα κτίρια για άτομα με προβλήματα όρασης και να προσαρμοστούν οι διαδικτυακές σελίδες των τμημάτων στα πρότυπα και ανάγκες των ατόμων αυτών.

Ένα ακόμη σημαντικό θέμα είναι η άμεση παροχή των συγγραμμάτων σε ηλεκτρονική μορφή ώστε με τη βοήθεια λογισμικών προγραμμάτων να μπορέσουν τα άτομα με απώλεια όρασης να το μελετήσουν. Επιπλέον, κάτι που δυστυχώς γνωρίζω ότι είναι δύσκολο και έχει μεγάλο κόστος, είναι να παρέχονται συγγράμματα σε μορφή Braille για τα άτομα που δεν είναι εξοικειωμένα με υποστηρικτικά λογισμικά προγράμματα.

Τέλος, οι φοιτητές με διαφορετικές αναπηρίες θα πρέπει να εξετάζονται χωριστά και με διαφορετικό τρόπο ο καθένας ανάλογα με την αναπηρία του, βασιζόμενοι πάντα στις κατευθυντήριες οδηγίες που δίνονται από το Υπουργείο Παιδείας. Ο καθηγητής δεν είναι αρμόδιος να κρίνει τον τρόπο που θα εξεταστεί ένας φοιτητής με απώλεια όρασης.

Τα σχολεία και οι σύλλογοι αναπήρων με ποιους τρόπους θα μπορούσαν να ενθαρρύνουν τους νέους να σπουδάσουν;

Θεωρώ ότι θα πρέπει να προαχθούν τα θετικά πρότυπα, η εμφύχωση κι ενθάρρυνση των ίδιων των αναπήρων οι οποίοι συνήθως υποτιμούν τις δυνατότητές τους αλλά και των γονέων τους, ώστε να πιστέψουν στα παιδιά τους και να τα βοηθήσουν να σπουδάσουν. Πολύ σημαντική είναι επίσης η μάθηση σωστής αντιμετώπισης των μαθητών προς τα άτομα με αναπηρίες που συνήθως αντιμετωπίζονται με οίκτο.

Τι θα συμβουλευάτε εσείς τους νέους ή και μεγαλύτερους σε ηλικία ανθρώπους με αναπηρία που επιλέγουν να σπουδάσουν;

Θα συμβούλευα τους ανθρώπους με αναπηρία να πιστέψουν στον εαυτό τους, στη δύναμή τους και να μπουν σε μια διαδικασία μάθησης κι εξέλιξης. Να ακούνε μόνο τον εαυτό τους και να πραγματοποιήσουν τα όνειρα τους. Τους συμβουλεύω να εργαστούν, να δημιουργήσουν και να μην εξαρτώνται από τα κρατικά επιδόματα μένοντας αδρανείς.

Τι σχέδια έχετε για το μέλλον;

Θεωρώ ότι τα όνειρα είναι για τους ανθρώπους και δεν υπάρχουν όρια στα όνειρα. Προσωπικά, θέλω να συνεχίσω να εξελίσσομαι και να μαθαίνω περισσότερα. Όνειρό μου είναι να αποκτήσω ένα μεταπτυχιακό δίπλωμα και να μάθω περισσότερες ξένες γλώσσες.

