



MeRest

www.merestproject.eu



#MEREST_PROJECT
#RESILIENCE

NEWSLETTER #2 – Οκτώβριος 2024

Είμαστε στην ευχάριστη θέση να ανακοινώσουμε την κυκλοφορία δύο νέων πηγών στο site του έργου #MeRest.

Αυτά τα υλικά έχουν αναπτυχθεί για τη διευκόλυνση της κοινής χρήση και χρήσης των δημιουργικών μεθόδων που χαρακτήρισαν το έργο, και να προσφέρει συγκεκριμένη υποστήριξη σε εκπαιδευτές και ενήλικες που ενδιαφέρονται για την προώθηση της ανθεκτικότητας.

Drama Workshop Guidelines

Η πρώτη πηγή είναι ένας λεπτομερής οδηγός που περιγράφει το εργαστήριο Ηχογράφησης και Ερμηνείας Θεάτρου, με βάση το Πλαίσιο Ανθεκτικότητας (Copyright Hart, Blineow & Cameron). Αυτό το εργαστήριο, το τελευταίο από τα τρία προγραμματισμένα στο έργο, επικεντρώθηκε στη δημιουργία podcast στα οποία οι συμμετέχοντες μοιράστηκαν τις ιστορίες ανθεκτικότητας τους. Στη διαδικασία, ανέπτυξαν βασικές δεξιότητες όπως η ευελιξία, η επίλυση προβλημάτων και η δημιουργικότητα. Επιπλέον, μέσα από μαθήματα και δραστηριότητες που στοχεύουν στη βελτίωση της φωνής, της ερμηνείας και της εκφραστικής ανάγνωσης, οι συμμετέχοντες συμμετείχαν σε μια καινοτόμο και καθηλωτική καλλιτεχνική προσέγγιση που τους επέτρεψε να μοιραστούν τις εμπειρίες τους με έναν νέο τρόπο.

Αυτά τα εργαστήρια έχουν αποδειχθεί ένα ισχυρό εργαλείο για την οικοδόμηση προσωπικής ανθεκτικότητας παρέχοντας έναν ασφαλή και διεγερτικό χώρο για να εξερευνήσετε τις δικές σας εμπειρίες. Ο οδηγός παρέχει όλες τις πληροφορίες που απαιτούνται για την αναπαραγωγή και την προσαρμογή της δραστηριότητας σε διαφορετικά πλαίσια, δίνοντας στους εκπαιδευτές και στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να εξερευνήσουν την ανθεκτικότητα μέσω της τέχνης και της αφήγησης.

Επιπλέον, ο οδηγός παρουσιάζει μια συλλογή από podcast που δημιουργήθηκαν κατά τη διάρκεια του έργου στις πέντε χώρες εταίρους - Λιθουανία, Ρουμανία, Ιταλία και Ελλάδα - που είναι διαθέσιμα στο κανάλι του έργου στο YouTube: [@MeRestProject](https://www.youtube.com/@MeRestProject).

Εγχειρίδιο Θεατρικού εργαστηρίου

Η δεύτερη πηγή είναι ένα πρακτικό εγχειρίδιο που έχει σχεδιαστεί για την προώθηση της ανθεκτικότητας μέσω δημιουργικών δραστηριοτήτων. Το εγχειρίδιο παρέχει οδηγίες, βέλτιστες πρακτικές και στρατηγικές για την αναπαραγωγή των αποτελεσμάτων του έργου #MeRest, με εστίαση σε εργαστήρια που στοχεύουν στην ανάπτυξη συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων. Απευθύνεται σε όσους εργάζονται με ενήλικες και οργανισμούς με στόχο τη βελτίωση της ευημερίας και την προώθηση της προσωπικής ανάπτυξης. Συμπληρώνοντας τους άλλους πόρους του έργου, το εγχειρίδιο χρησιμεύει ως χρήσιμο εργαλείο για την προσαρμογή και την αναπαραγωγή των προτεινόμενων δραστηριοτήτων για την ενίσχυση της ανθεκτικότητας και την προώθηση της κοινωνικής ένταξης, ειδικά μεταξύ των πιο ευάλωτων ομάδων που επηρεάζονται από δύσκολα γεγονότα, τόσο προσωπικά όσο και συλλογικά.



Co-funded by
the European Union

Το εγχειρίδιο εισάγει τις θεωρητικές βάσεις του Πλαισίου Ανθεκτικότητας και παρέχει τις δεξιότητες που απαιτούνται για την υλοποίηση εργαστηρίων σε τοπικό επίπεδο, διασφαλίζοντας συνέπεια με τους παιδαγωγικούς στόχους του έργου.

Στο εγχειρίδιο θα βρείτε:

- Παρουσίαση του ψυχοκοινωνικού αντίκτυπου της έκτακτης ανάγκης για την υγεία Covid-19 στη Λιθουανία, τη Ρουμανία, την Ελλάδα και την Ιταλία
- Βέλτιστες πρακτικές από καλλιτεχνικά έργα που προάγουν την ανθεκτικότητα
- Μια επισκόπηση των εργαστηρίων ηχογράφησης #MeRest στις διάφορες χώρες εταίρους
- Βασικά αποτελέσματα
- Συστάσεις για αναπαραγωγή
- Οδηγίες για εκπαιδευτές

Αυτά τα εργαστήρια όχι μόνο υποστηρίζουν την ανάπτυξη των συμμετεχόντων, αλλά στοχεύουν επίσης στην ενίσχυση της επαγγελματικής ανάπτυξης των εκπαιδευτών που μπορούν να ενσωματώσουν τις δεξιότητές τους με δημιουργικές τεχνικές στην αφήγηση, τις εικαστικές τέχνες και το θέατρο ακολουθώντας τις οδηγίες που παρέχονται. Με αυτόν τον τρόπο, οι εκπαιδευτές θα έχουν τα εργαλεία που χρειάζονται για να χτίσουν την ανθεκτικότητα των συμμετεχόντων και να βοηθήσουν στη δημιουργία διαρκούς αντίκτυπου στις κοινότητες.

Πώς να βρείτε τους πόρους που παρουσιάζονται;

Το υλικό είναι διαθέσιμο σε πέντε γλώσσες:

Αγγλικά, Λιθουανικά, Ρουμανικά, Ελληνικά και Ιταλικά.

Και οι δύο πόροι μπορούν να ληφθούν δωρεάν από τον επίσημο ιστότοπο του έργου στη διεύθυνση www.merestproject.eu.

Ακολουθήστε μας στα δημοφιλή κοινωνικά δίκτυα με **#merest_project** and **#resilience**

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή αυτής της έκδοσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου που αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων και η Εθνική Υπηρεσία και η Επιτροπή δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνες για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν