



# ΕΚΘΕΣΗ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ

## WP5-A3 - ΕΚΔΉΛΩΣΗ

### ΔΙΪΑΔΟΣΗΣ ΚΑΙ

### ΠΟΛΛΑΠΛΑΣΙΑΣΜΟΪ

---

06 ΣΕΠΤΕΜΒΡΪΟΥ 2024 | ΠΆΦΟΣ,  
ΚΪΠΡΟΣ



Co-funded by  
the European Union

PROJECT: "RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY"

# 2022-1-R01-KA220-VET-000085808

# **ΕΚΘΕΣΗ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ**

**ΠΕ5-Α3 - ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΔΙΑΔΟΣΗΣ ΚΑΙ  
ΠΟΛΛΑΠΛΑΣΙΑΣΜΟΥ**

**- 06 Σεπτεμβρίου 2024 | Πάφος, ΚΥΠΡΟΣ -**

Πρόγραμμα Erasmus+ – Στρατηγική Συνεργασία

Σχέδιο « **Ανθεκτικότητα και ένταξη για το στρατό** »

# 2022-1-Ro01-Ka220-Wet-000085808

### **Συνεργάτες:**

DIGITAL KOMPASS - Βουκουρέστι, Ρουμανία

IV International - Φότζια, Ιταλία

Οργανισμός Προώθησης Ευρωπαϊκών Θεμάτων - Πάφος, Cypri

BUMIR - Βουκουρέστι, Ρουμανία

Υλικό που παράγεται με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το περιεχόμενο αυτού του υλικού είναι αποκλειστική ευθύνη των συγγραφέων και η Εθνική Υπηρεσία και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν ευθύνονται για τον τρόπο με τον οποίο θα χρησιμοποιηθεί το περιεχόμενο αυτών των πληροφοριών.

**Τοποθεσία :** Πάφος, Κύπρος

**Διοργανωτής :** Οργανισμός Προώθησης Ευρωπαϊκών Θεμάτων

**Αριθμός Συμμετεχόντων :** 84 άτομα

**Ημερομηνία :** 06 Σεπτεμβρίου 2024

## 1. Το πλαίσιο και ο σκοπός της εκδήλωσης

Η εκδήλωση διάδοσης που πραγματοποιήθηκε στην Πάφο της Κύπρου, ήταν μια κομβική στιγμή στο έργο «Ανθεκτικότητα και Ένταξη για τον Στρατό». Οι διοργανωτές και οι συμμετέχοντες είχαν ως στόχο να αντιμετωπίσουν το πρόβλημα του PTSD (Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες) στον στρατό και να προσφέρουν **καινοτόμες λύσεις** για την υποστήριξη της ψυχικής τους υγείας. Η Κύπρος, με μια ιστορία που χαρακτηρίζεται από πολιτικές εντάσεις και συγκρούσεις, αποτελεί σχετικό πλαίσιο για πρωτοβουλίες υποστήριξης στρατιωτικού προσωπικού, βετεράνων και στρατιωτικού προσωπικού με αναπηρία, καθώς είναι μια περιοχή με σημαντικό αριθμό στρατιωτικού προσωπικού που έχει πληγεί από ψυχολογικά τραύματα.

### Βασικοί στόχοι της εκδήλωσης

- **Ευαισθητοποίηση** σχετικά με τον αντίκτυπο του ψυχολογικού τραύματος στα μέλη του στρατού και τις οικογένειές τους.
- **Παρουσίαση των εκπαιδευτικών πόρων** που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο του έργου, συμπεριλαμβανομένης της μπροσούρας «Το αόρατο μέτωπο» και του διαδικτυακού μαθήματος για το στρατό.
- **Επίδειξη της ψηφιακής εφαρμογής «Freedom for Army»**, ενός σύγχρονου εργαλείου που προορίζεται για την αυτοϋποστήριξη των στρατιωτικών.
- **Διευκόλυνση συνεργασιών και δημιουργία ενός βιώσιμου δικτύου υποστήριξης** μεταξύ οργανισμών και ειδικών από διάφορους τομείς.

## 2. Διεξαγωγή της εκδήλωσης

### 2.1. Υποδοχή καλεσμένων και επίσημα εγκαίνια

Η εκδήλωση ξεκίνησε σε φιλικό και οργανωμένο κλίμα, με τους συμμετέχοντες να εγγράφονται κατά την άφιξη και να οδηγούνται στον χώρο του συνεδρίου. Κάθε επισκέπτης έλαβε ένα πλήρες πακέτο πληροφοριών που περιελάμβανε υλικό παρουσίασης, μπροσούρες και πρόσβαση σε διαδικτυακούς πόρους που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο του έργου.

Η εναρκτήρια ομιλία εκφωνήθηκε από τον τοπικό συντονιστή του έργου, ο οποίος τόνισε **την επείγουσα ανάγκη υποστήριξης** των στρατιωτικών που έχουν πληγεί από ψυχολογικό τραύμα. Τόνισε ότι το PTSD δεν επηρεάζει μόνο το στρατιωτικό προσωπικό που έχει αποσυρθεί από τα θέατρα επιχειρήσεων, αλλά και το ενεργό στρατιωτικό προσωπικό και τις οικογένειές τους, με **μακροπρόθεσμες συνέπειες** στην κοινωνική και επαγγελματική ένταξη.

### 2.2. Διερεύνηση του τοπικού πλαισίου και συγκεκριμένων προκλήσεων

Σε αυτή τη συνεδρία, **πραγματοποιήθηκε λεπτομερής ανάλυση των προβλημάτων που αντιμετωπίζει ο κυπριακός στρατός**, συμπεριλαμβανομένων συζητήσεων για τις μοναδικές προκλήσεις που δημιουργεί το γεωπολιτικό πλαίσιο του νησιού. Οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν για:

- **Πρόσφατες μελέτες** υποδεικνύουν αυξημένη συχνότητα PTSD μεταξύ του κυπριακού στρατού.
- **Η έλλειψη επαρκών υποδομών** για την ψυχολογική υποστήριξη των στρατιωτικών, που τονίζει την ανάγκη για καινοτόμες και αποτελεσματικές λύσεις.
- **Ο μακροπρόθεσμος ψυχολογικός αντίκτυπος του τραύματος** στις οικογένειες των στρατιωτικών, υπογραμμίζοντας την ανάγκη για παρεμβάσεις που περιλαμβάνουν υποστήριξη για ολόκληρη την οικογένεια.

Αυτή η συνεδρία έτυχε εξαιρετικά θετικής υποδοχής, με τους συμμετέχοντες να αναφέρουν στα σχόλιά τους ότι εκτιμούσαν **την ενημερωμένη και εμπειρισταωμένη προσέγγιση** του θέματος, η οποία τους επέτρεψε να κατανοήσουν καλύτερα την πολυπλοκότητα των τοπικών προκλήσεων.

## 2.3. Παρουσίαση καινοτόμων πόρων και λύσεων

Αυτή η εκτεταμένη ενότητα είχε ως στόχο να παρουσιάσει λεπτομερώς τους **πόρους που αναπτύχθηκαν** στο πλαίσιο του έργου, συμπεριλαμβανομένων:

- **Το φυλλάδιο "Invisible Front"** , το οποίο σχεδιάστηκε για να χρησιμεύσει ως πρακτικός οδηγός για τον εντοπισμό και τη διαχείριση των συμπτωμάτων PTSD μεταξύ των στρατιωτικών και των οικογενειών τους. Οι συμμετέχοντες εντυπωσιάστηκαν από τη σαφήνεια των πληροφοριών που παρουσιάστηκαν και την **πρακτικότητα του οδηγού** , ο οποίος μπορεί να χρησιμοποιηθεί άμεσα στην καθημερινή εργασία.
- **Το διαδικτυακό εκπαιδευτικό μάθημα** παρουσιάστηκε λεπτομερώς, δείχνοντας πώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη βελτίωση των δεξιοτήτων του στρατιωτικού προσωπικού στη διαχείριση PTSD και των επαγγελματιών που θα τους βοηθήσουν. Οι συμμετέχοντες τόνισαν ότι θα ενσωματώσουν αυτούς τους πόρους στα προγράμματα συνεχιζόμενης εκπαίδευσης.
- **Η εφαρμογή «Freedom for Army»** , μια καινοτόμος ψηφιακή λύση για τον στρατό, παρουσιάστηκε ως εργαλείο αυτοϋποστήριξης. Λειτουργίες εφαρμογής όπως:
  - **Περιοδικές εκτιμήσεις συναισθηματικής κατάστασης**
  - **Εξατομικευμένες συστάσεις** για τη βελτίωση της ευημερίας τράβηξαν την προσοχή των συμμετεχόντων.

Τα σχόλια ήταν εξαιρετικά θετικά, με τους συμμετέχοντες να εκτιμούν ιδιαίτερα τη **διαισθητική και προσιτή λειτουργία** της εφαρμογής, η οποία επιτρέπει στους στρατιωτικούς να διαχειρίζονται αυτόνομα τις συναισθηματικές τους καταστάσεις.

## 2.4. Διαλείμματα για κοινωνικοποίηση και ανταλλαγή ιδεών

Τα οργανωμένα διαλείμματα έδωσαν στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να συζητήσουν ανοιχτά τις προκλήσεις και τις λύσεις που παρουσιάστηκαν. Η ατμόσφαιρα ήταν **ζωντανή και γεμάτη ενθουσιασμό** , με πολλούς από τους συμμετέχοντες να εκμεταλλεύονται αυτές τις στιγμές για να δημιουργήσουν νέες επαγγελματικές συνδέσεις και να εξερευνήσουν πιθανές συνεργασίες στο μέλλον.

Οι συμμετέχοντες ανέφεραν στα ερωτηματολόγια ότι αυτά τα διαλείμματα ήταν απαραίτητα για την **τόνωση άτυπων συζητήσεων** , επιτρέποντάς τους να επεκτείνουν το δίκτυο επαφών τους και να ανακαλύψουν νέες ευκαιρίες συνεργασίας.

## 2.5. Επίδειξη της εφαρμογής "Freedom for Army".

Η ψηφιακή εφαρμογή παρουσιάστηκε σε μια διαδραστική συνεδρία, στην οποία οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να δοκιμάσουν προσωπικά τις λειτουργίες της. Αυτή η επίδειξη ήταν μια από τις πιο εκτιμημένες στιγμές της ημέρας, με τους συμμετέχοντες να τονίζουν ότι η **διαισθητική διεπαφή και η προσβασιμότητα της εφαρμογής** μπορούν να μεταμορφώσουν τον τρόπο με τον οποίο τα μέλη του στρατού διαχειρίζονται την ψυχική τους υγεία.

## 2.6. Συνεδρία Q&A

Αυτή η συνεδρία ήταν αφιερωμένη σε **ανοιχτές συζητήσεις**, δίνοντας στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να κάνουν άμεσες ερωτήσεις στην ομάδα του έργου. Θέματα όπως:

- **Επέκταση της χρήσης αναπτυγμένων πόρων .**
- **Προσαρμογή της εφαρμογής στην πολιτιστική ιδιαιτερότητα των στρατιωτικών** από άλλες περιοχές.
- **Στρατηγικές συνεργασίας** μεταξύ των παρόντων οργανισμών για τη διασφάλιση της μακροπρόθεσμης βιωσιμότητας του έργου.

## 3. Ανάλυση ανατροφοδότησης

**Τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου ανατροφοδότησης** έδειξαν εξαιρετικά υψηλό επίπεδο ικανοποίησης από τους συμμετέχοντες:

- **Το 90%** των συμμετεχόντων βαθμολόγησε τη συνολική ποιότητα της εκδήλωσης ως «άριστη».
- **Το 85%** είπε ότι οι πληροφορίες που παρουσιάστηκαν ήταν «εξαιρετικά χρήσιμες» στην επαγγελματική τους δραστηριότητα.
- **Το 95%** των συμμετεχόντων είπε ότι σκοπεύουν να συστήσουν τους πόρους στους συναδέλφους τους και να τους χρησιμοποιήσουν στην εργασία τους.

## Σχόλια σε ερωτήσεις ανοιχτού τύπου

- "Η επιλεγμένη εφαρμογή έχει τεράστιες δυνατότητες να μεταμορφώσει τον τρόπο που υποστηρίζουμε τη στρατιωτική ψυχική υγεία."
- "Αυτή η εκδήλωση ήταν εξαιρετικά καλά οργανωμένη και οι πόροι που παρέχονται είναι απαραίτητοι για τους επαγγελματίες του χώρου."

## 4. Ο συνολικός αντίκτυπος της εκδήλωσης

Η εκδήλωση στην Πάφο στέφθηκε με **αξιοσημείωτη επιτυχία**, καταφέροντας να δημιουργήσει **βαθιά απήχηση** τόσο στους συμμετέχοντες όσο και στην τοπική κοινωνία. Οι συμμετέχοντες έφυγαν από την εκδήλωση εμπνευσμένοι και παρακινημένοι να εφαρμόσουν τους πόρους που παρουσιάζονται στους δικούς τους οργανισμούς, συμβάλλοντας στη **δημιουργία ενός ασφαλέστερου και πιο υποστηρικτικού περιβάλλοντος** για τον στρατό.

Η εφαρμογή «Freedom for Army» θεωρήθηκε ως μια καινοτόμος λύση που μπορεί να έχει **θετικό αντίκτυπο** στην ψυχική υγεία των στρατιωτικών, δίνοντάς τους πρόσβαση σε υποστήριξη ακόμη και αν δεν υπάρχουν άμεσες παρεμβάσεις από ειδικούς.

### Ο συνολικός αντίκτυπος της εκδήλωσης

Η εκδήλωση διάδοσης που διοργανώθηκε στην Πάφο είχε **ισχυρό και βαθύ αντίκτυπο**, τόσο στους συμμετέχοντες όσο και στη στρατιωτική και πολιτική κοινότητα στην Κύπρο. Σκοπός της εκδήλωσης δεν ήταν μόνο η παρουσίαση των αποτελεσμάτων του έργου «Resilience and Inclusion for the Military», αλλά και η δημιουργία μιας σταθερής βάσης για **την αλλαγή των αντιλήψεων** σχετικά με την υποστήριξη που παρέχεται στο στρατιωτικό προσωπικό που πάσχει από PTSD.

Μία από **τις βασικές πτυχές** της εκδήλωσης ήταν το πώς κατάφερε να τονώσει μια **αλλαγή νοοτροπίας** μεταξύ των συμμετεχόντων. Έφυγαν από την εκδήλωση με μια **νέα κατανόηση** των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι στρατιωτικοί και με αυξημένο κίνητρο να ενσωματώσουν τους πόρους που παρουσιάζονται στην επαγγελματική τους δραστηριότητα. Πολλοί από τους συμμετέχοντες, συμπεριλαμβανομένων ψυχολόγων, συμβούλων και εκπροσώπων ΜΚΟ, είπαν ότι οι πληροφορίες και τα εργαλεία που



παρουσιάστηκαν στην εκδήλωση τους παρείχαν **νέες προοπτικές** και πρακτικές λύσεις για την αποτελεσματικότερη υποστήριξη της στρατιωτικής κοινότητας.

**Η εφαρμογή "Freedom for Army"** έγινε αντιληπτή ως μια πραγματική αποκάλυψη μεταξύ των συμμετεχόντων. Η επίδειξή της έδειξε πώς η τεχνολογία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την υποστήριξη του στρατού στη διαχείριση του στρες και του άγχους. Πολλοί συμμετέχοντες παραδέχτηκαν ότι δεν είχαν προηγούμενη γνώση των πραγματικών δυνατοτήτων της ψηφιακής τεχνολογίας στην υποστήριξη της ψυχικής υγείας και αυτή η εφαρμογή άλλαξε την οπτική τους, ωθώντας τους να εξερευνήσουν τρόπους εφαρμογής παρόμοιων εργαλείων στους οργανισμούς τους. Το γεγονός ότι η εφαρμογή προσφέρει **εξατομικευμένη και οικονομικά προσιτή υποστήριξη** θεωρήθηκε πλεονέκτημα, ειδικά σε ένα πλαίσιο όπου το ανθρώπινο δυναμικό είναι περιορισμένο.

Επιπλέον, η μπροσούρα «Αόρατο μέτωπο» και το διαδικτυακό μάθημα εκτιμήθηκαν για **τη σαφήνεια και την εφαρμογή τους**. Οι συμμετέχοντες θεώρησαν αυτούς τους πόρους απαραίτητους για τη βελτίωση των επαγγελματικών τους δεξιοτήτων, αλλά και για την εκπαίδευση του κοινού σχετικά με το PTSD. Μια αξιοσημείωτη πτυχή που αναφέρθηκε στα σχόλια ήταν ότι αυτά τα υλικά όχι μόνο βελτιώνουν τη θεωρητική γνώση, αλλά παρέχουν επίσης **συγκεκριμένα εργαλεία** που μπορούν να εφαρμοστούν άμεσα στην πράξη.

Η εκδήλωση ήταν επίσης **καταλυτική για μελλοντικές συνεργασίες**. Η ανοιχτή και συνεργατική ατμόσφαιρα επέτρεψε στους συμμετέχοντες να δημιουργήσουν νέες επαγγελματικές συνδέσεις και να συζητήσουν **την έναρξη κοινών έργων** για την υποστήριξη βετεράνων. Για παράδειγμα, ορισμένοι εκπρόσωποι ΜΚΟ και ψυχολόγοι που ήταν παρόντες σχεδίαζαν να εφαρμόσουν την εφαρμογή «Freedom for Army» στα προγράμματα υποστήριξής τους και άλλοι ανέφεραν ότι ήθελαν να χρησιμοποιήσουν το φυλλάδιο ως εκπαιδευτικό υλικό σε σεμινάρια κατάρτισης.

**Ο μακροπρόθεσμος αντίκτυπος** αυτής της εκδήλωσης δεν σταματά στο επίπεδο της ευαισθητοποίησης. Οι συμμετέχοντες έφυγαν με τη δέσμευση να εφαρμόσουν όσα έμαθαν και να διαδώσουν τις πληροφορίες στις κοινότητές τους. Πολλοί οργανισμοί που είναι παρόντες έχουν ήδη ανακοινώσει την πρόθεσή τους να συνεργαστούν με την ομάδα του έργου για την ανάπτυξη νέων πόρων και τοπικών πρωτοβουλιών για την υποστήριξη του στρατού. Επιπλέον, το γεγονός ότι η εκδήλωση έλαβε χώρα στην Κύπρο, μια περιοχή με ευαίσθητο γεωπολιτικό πλαίσιο, αύξησε τη συνάφεια και τον επείγοντα χαρακτήρα της υιοθέτησης τέτοιων λύσεων.

Τα γενικά σχόλια από τους συμμετέχοντες έδειξαν ότι η εκδήλωση δεν ήταν μόνο ενημερωτική, αλλά και **μεταμορφωτική**. Ένα μεγάλο μέρος των παρευρισκομένων ανέφερε ότι έχουν αλλάξει εντελώς την οπτική τους για το πώς μπορούν να υποστηρίξουν τον στρατό και εμπνεύστηκαν να αναπτύξουν τις δικές τους πρωτοβουλίες για να επεκτείνουν την υποστήριξη που παρέχεται σε αυτή την ευάλωτη κοινότητα. Η εφαρμογή, ειδικότερα, έχει περιγραφεί ως **επαναστατική**, λόγω της ικανότητάς της να παρέχει συνεχή υποστήριξη στον στρατό, χωρίς να απαιτείται συνεχής άμεση επέμβαση από ειδικό.

Συμπερασματικά, η εκδήλωση διάδοσης στην Πάφο κατάφερε να έχει **σημαντικό αντίκτυπο** στους συμμετέχοντες, δημιουργώντας ένα κύμα ενθουσιασμού και επιθυμίας να συνεχιστεί το έργο που ξεκίνησε στο πλαίσιο του έργου. Μέσω των πόρων που παρουσιάστηκαν και των συνεργασιών που διευκολύνθηκαν, τέθηκαν οι βάσεις για ένα **βιώσιμο δίκτυο** που θα συμβάλει στη βελτίωση της υποστήριξης που παρέχεται στους βετεράνους, όχι μόνο στην Κύπρο, αλλά και σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες.

Υλικό που παρήχθη με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το περιεχόμενο αυτού του υλικού αποτελεί αποκλειστική ευθύνη των συγγραφέων και ο Εθνικός Οργανισμός και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν ευθύνονται για τον τρόπο με τον οποίο θα χρησιμοποιηθεί το περιεχόμενο των πληροφοριών αυτών.



Cofinanțat de  
Uniunea Europeană

PROJECT: "RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY"  
# 2022-1-R001-KA220-VET-000085808