Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2026

TechnoWell

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ #1

ΑΣ ΜΙΛΗΣΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΑΓΧΟΣ



Γνωρίζατε ότι τα ίδια τα εργαλεία που έχουν σχεδιαστεί για να διευκολύνουν τη δουλειά μας μπορούν επίσης να αποτελέσουν σημαντική πηγή άγχους;

Από τις συνεχείς ειδοποιήσεις έως τις ατελείωτες ψηφιακές εργασίες, πολλοί ενήλικες αισθάνονται καταβεβλημένοι από την πίεση να παραμένουν συνδεδεμένοι, να απαντούν γρήγορα και να συμβαδίζουν με τις συνεχώς μεταβαλλόμενες τεχνολογίες. Αυτή η αυξανόμενη πρόκληση είναι γνωστή ως «τεχνολογικό άγχος» — και εξελίσσεται σε βασικό ζήτημα στους σύγχρονους χώρους εργασίας.

Μέσω του έργου TechnoWell, προσπαθούμε να βοηθήσουμε τους εκπαιδευτές ενηλίκων, τους διευθυντές και τους εργαζόμενους να αναγνωρίζουν, να προλαμβάνουν και να διαχειρίζονται το τεχνολογικό άγχος,δημιουργώντας παράλληλα πιο υγιή και ισορροπημένα ψηφιακά εργασιακά περιβάλλοντα

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

TechnoWell

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ #1

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΕΡΓΟ

Το έργο TechnoWell είναι ένα διετές έργο Erasmus+ που συγκεντρώνει εταίρους από τη Γερμανία, την Κροατία, τη Λιθουανία, τη Βουλγαρία, την Κύπρο και την Ιρλανδία. Εστιάζει σε μία από τις πιο πιεστικές προκλήσεις των σύγχρονων χώρων εργασίας: το τεχνολογικό άγχος. Καθώς τα ψηφιακά εργαλεία αποτελούν πλέον αναπόσπαστο μέρος της καθημερινής εργασίας, πολλοί ενήλικες βιώνουν υπερφόρτωση, πίεση και επαγγελματική εξουθένωση.

Ο στόχος μας είναι απλός αλλά σημαντικός:

- Να εφοδιάσουμε τους εκπαιδευτές ενηλίκων, τους διευθυντές και τους εργαζόμενους με πρακτικά εργαλεία και δεξιότητες, ώστε να επιτύχουν ισορροπία μεταξύ ψηφιακού μετασχηματισμού και ευεξίας
- Να ενισχύσουμε τις ικανότητες ψηφιακής ηγεσίας για τη δημιουργία πιο υγιεινών εργασιακών περιβαλλόντων

ΔΙΑΚΡΑΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΒΟΥΛΓΑΡΙΑ

Το ταξίδι μας ξεκίνησε επίσημα με την πρώτη διακρατική συνάντηση του έργου στη Βουλγαρία, η οποία διοργανώθηκε από τον συνεργαζόμενο οργανισμό μας.

Κατά τη διάρκεια δύο παραγωγικών ημερών, οι εταίροι:

- εναρμόνισαν το όραμα και τους στόχους του έργου
- συμφώνησαν σχετικά με το χρονοδιάγραμμα και τις αρμοδιότητες
- εξέτασαν την έννοια του «τεχνοστρες» από διαφορετικές εθνικές προοπτικές
- έθεσαν τα θεμέλια για τις επικείμενες δράσεις κατάρτισης και τους πόρους



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

TechnoWell

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ #1

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ TECHNOWELL

Έχει ήδη επιτευχθεί ένας σημαντικός σταθμός!
Οι εταίροι έχουν αναπτύξει από κοινού τη δομή του εκπαιδευτικού προγράμματος TechnoWell, το οποίο θα αποτελέσει ένα πρόγραμμα διάρκειας 30 ωρών για εκπαιδευτές ενηλίκων και διευθυντικά στελέχη
Το πρόγραμμα επικεντρώνεται σε τομείς όπως:

- η ψηφιακή ηγεσία και η ευεξία
- η αναγνώριση και η πρόληψη του τεχνολογικού στρες
- η δημιουργία υγιών ψηφιακών εργασιακών πολιτισμών
- πρακτικές στρατηγικές για τη διαχείριση της ψηφιακής υπερφόρτωσης

👉 Προς το παρόν, τα κεφάλαια και τα μαθησιακά αποτελέσματα βρίσκονται σε διαδικασία αξιολόγησης από τους εμπλεκόμενους φορείς (εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες του τομέα ανθρώπινου δυναμικού και οργανισμούς). Αυτό διασφαλίζει ότι η εκπαίδευση δεν είναι μόνο καινοτόμος, αλλά και σχετική, πρακτική και εφαρμόσιμη σε πραγματικές εργασιακές συνθήκες.





ΠΡΟΣΕΧΕΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ ΣΤΗΝ ΚΡΟΑΤΙΑ ΤΟΝ ΟΚΤΩΒΡΙΟ 2026

ΤΟΠΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

TechnoWell

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ #1

👥 ΕΜΠΛΑΚΕΙΤΕ ΣΤΟ ΕΡΓΟ

Προσκαλούμε:

- εκπαιδευτές ενηλίκων
- επαγγελματίες του τομέα ανθρώπινου δυναμικού
- διευθυντές και επικεφαλής ομάδων
- οργανισμούς που ενδιαφέρονται για την ευεξία στο χώρο εργασίας

να συμμετάσχουν στη δοκιμή και τη διαμόρφωση των αποτελεσμάτων του έργου μας. Γίνετε από τους πρώτους που θα εξερευνήσουν και θα χρησιμοποιήσουν νέα εργαλεία και ευκαιρίες κατάρτισης!

👉 Για να συμμετέχετε, επικοινωνήστε μαζί μας μέσω του email του έργου, ακολουθήστε μας στο Facebook, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας ή επικοινωνήστε με έναν από τους τοπικούς συνεργαζόμενους φορείς μας.

Σελίδα Facebook : https://www.facebook.com/TechnoWellProject
Ιστοσελίδα: https://technowell.projectsgallery.eu/

Email: technowell@euplus-project.eu

Το έργο αυτό διατίθεται υπό την άδεια Creative Commons Attribution 4.0 International License

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 ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.
Αριθμός έργου: 2025-1-DE02-KA220-ADU-000360716