

Αθήνα, 14 Αυγούστου 2018

### ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

**Θέμα: Διαπολιτισμικό μάθημα Yoga από τη ΜΚΟ ΕΛΙΞ με τη συμμετοχή των ωφελουμένων του Κέντρου Φιλοξενίας Ανηλίκων Αθήνας του Ε.Ε.Σ.**



Διαπολιτισμικό μάθημα Yoga, το οποίο διοργανώθηκε από τη ΜΚΟ ΕΛΙΞ, είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν την Πέμπτη 9 Αυγούστου οκτώ ωφελούμενοι του Κ.Φ.Α.Α. Αθήνας του Ε.Ε.Σ. Πρόκειται για το εκπαιδευτικό πρόγραμμα "**Project Yoga**", το οποίο προκειμένου να συμβάλει στην ενσωμάτωση των προσφύγων και μεταναστών προσφέρει μέσω της ολιστικής άσκησης (σωματική, διανοητική και ψυχοκοινωνική) ευκαιρίες επικοινωνίας με τον ντόπιο πληθυσμό, ενισχύοντας παράλληλα την ψυχοκοινωνική και σωματική ευεξία όλων των συμμετεχόντων.

Ο Ε.Ε.Σ. αντιλαμβανόμενος πλήρως την ανάγκη μιας διαπολιτισμικής προσέγγισης για την κατανόηση της ψυχικής υγείας του πρόσφυγα, ο οποίος έρχεται καθημερινά αντιμέτωπος με μια σειρά ψυχοφθόρων διαδικασιών, όπως την αίτηση ασύλου, την επανεγκατάσταση (relocation) ή και επανένωση οικογενειών προσπαθεί να κινητοποιήσει τους ωφελούμενους των κέντρων φιλοξενίας του προς τέτοιου είδους δράσεις.

Μέσω αυτής της μη τυπικής εκπαίδευσης, οι ωφελούμενοι του Κ.Φ.Α.Α. Αθήνας του Ε.Ε.Σ. μπόρεσαν να επωφεληθούν από τις θεραπευτικές ιδιότητες της γιόγκα μέσω των αναπνοών και της σωστής στάσης του σώματος, μια διαδικασία που αδιαμφισβήτητα επέδρασε θετικά και ενισχυτικά στην ψυχική τους υγεία.

Η εν λόγω εξωτερική δράση πραγματοποιήθηκε ύστερα από πρόταση της εκπαιδευτικού του Κ.Φ.Α.Α. του Ε.Ε.Σ., Κατερίνας Στεριανού.