

# ProfilPASS

χωρίς εμπόδια σε  
εύκολη γλώσσα



Το διαβατήριο  
των δυνατών  
σημείων σου



## Το προσωπικό μου ProfilPASS

Αυτό είναι το προσωπικό σου ProfilPASS.

Σε αυτό το φύλλο, γράψε:

- το όνομά σου,
- την ηλικία σου,
- τον τόπο κατοικίας σου.

Έτσι, θα δείξεις ότι:  
αυτό το ProfilPASS ανήκει σε εσένα.

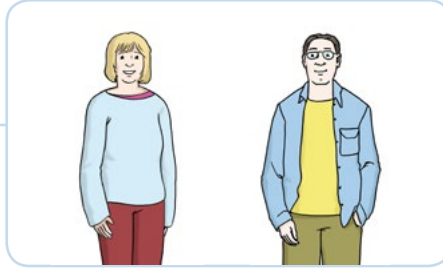
Όνομα:

Ηλικία:

Τόπος  
κατοικίας:

## Περιεχόμενα

Εισαγωγή .....	6
Ποιος είμαι/Ποια είμαι .....	14
Η οικογένειά μου και οι φίλοι μου .....	22
Η ημέρα μου .....	30
Η εργασία μου στο σπίτι .....	38
Τα χόμπι μου .....	44
Το σχολείο μου .....	50
Η εκπαίδευσή μου/Η κατάρτισή μου .....	58
Η εργασία μου .....	63
Τι μπορώ να κάνω .....	68
Οι στόχοι μου .....	78
Νίκος – ο βοηθός σου για το ProfilPASS .....	82
Πληροφορίες .....	93
Το έργο «ProfilPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα» .....	98



## Η γλώσσα στο ProfIPASS

Στο βιβλίο αναφερόμαστε σε άντρες.

Για παράδειγμα: Στο βιβλίο αναγράφεται η λέξη σύμβουλος.

Δεν αναφερόμαστε σε γυναίκες στο βιβλίο.

Ο σύμβουλος μπορεί να είναι γυναίκα.

Με αυτόν τον τρόπο γραφής δεν επιθυμούμε να προσβάλουμε κανέναν.

Οι γυναίκες είναι εξίσου σημαντικές με τους άντρες.

Δεν υπονοούμε κάτι.

Γίνεται καθαρά για λόγους ευκολίας.

## Η άνω τελεία•

Σε αυτό το βιβλίο χρησιμοποιείται ένα ειδικό σύμβολο.

Πρόκειται για μια τελεία σε ορισμένες γλώσσες.

Αυτή η τελεία ονομάζεται άνω τελεία.

Η άνω τελεία αποτελεί μια βοήθεια.

Η άνω τελεία χωρίζει μεγάλες λέξεις.

Η λογική είναι η ακόλουθη: Συχνά, οι μεγάλες λέξεις παρουσιάζουν κάποια δυσκολία.

Η άνω τελεία καθιστά ευκολότερη την ανάγνωση δύσκολων λέξεων.

## Εισαγωγή



Αυτό είναι το ProfilPASS.

Αυτό το βιβλίο αποτελεί την έκδοση του ProfilPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα.

Το ProfilPASS είναι μια δύσκολη λέξη.

Η λέξη ProfilPASS αποτελείται από δύο λέξεις:

Από τη λέξη «Profil».

Επίσης, από τη λέξη «Pass».

Η λέξη «Profil» μπορεί να έχει διάφορες σημασίες:

Είναι η όψη ενός ανθρώπου όταν τον κοιτάζουμε από το πλάι, καθώς βλέπουμε το προφίλ του.

Βέβαια, η λέξη «Profil» μπορεί να σημαίνει και τα εξής:

Μια ιδιαιτερότητα ενός ανθρώπου.

Κάτι που κάνει καλά κάποιος.

Κάτι που ξέρει καλά κάποιος.

Κάτι που τον κάνει ιδιαίτερο.

Αυτά είναι τα δυνατά σημεία του.

Τότε λέμε πως:

Αυτό είναι το προφίλ του.



Το «Pass» είναι ένα συνώνυμο της «ταυτότητας».

Η ταυτότητα είναι ένα έγγραφο.

Για παράδειγμα:

Η ταυτότητα είναι ένα πιστοποιητικό.

Στην ταυτότητα φαίνεται

ποιος είσαι/ποια είσαι.



Το ProfilPASS είναι μια ταυτότητα.

Το ProfilPASS είναι η ταυτότητα

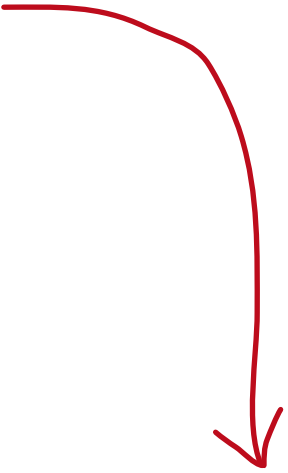
των δυνατών σημείων ενός ανθρώπου.

Το δικό **σου** ProfilPASS είναι η ταυτότητα των **δικών σου** δυνατών σημείων.

## Τρόπος χρήσης του ProfilPASS

Το ProfilPASS έχει πολλές ασκήσεις.  
 Όταν κάνεις τις ασκήσεις,  
 μαθαίνεις πολλά για εσένα.  
 Μαθαίνεις τα εξής:  
 Σε τι είσαι καλός/είσαι καλή.  
 Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.  
 Εάν ξέρεις τα δυνατά σημεία σου,  
 μπορείς να βρεις το σωστό επάγγελμα.


Αυτό σημαίνει ότι:  
 Το ProfilPASS σε βοηθάει  
 να βρεις το σωστό επάγγελμα.



**Exercise 1**

What qualities do you have?  
 How do you describe yourself?  
 What do others say about you?

Read the list of qualities.  
 Tick your qualities.

- I am patient.
- I am reliable.
- I am thorough.
- I am hard-working.
- I am thoughtful.
- I take a lot of time over my work.
- I think about a task for a long time.
- I like to look for solutions.
- I am neat. 
- I am independent.
- I like to make decisions.
- I understand tasks quickly.
- I am good at remembering things.
- I am good at organising.

15



## Πώς θα σου φανεί χρήσιμο το ProfIPASS

Θέλεις να εργαστείς;  
Θέλεις να μάθεις ένα επάγγελμα;  
Αναζητάς το σωστό επάγγελμα;



Θέλεις να μάθεις:  
Ποια είναι η σωστή εκπαίδευση;  
Ή, θέλεις να μάθεις:  
Ποιο είναι το σωστό επάγγελμα;

Μήπως έχεις βρει το επάγγελμα των ονείρων σου;

Το επάγγελμα των ονείρων σου:  
Το επάγγελμα που θα ήθελες να κάνεις.  
Το επάγγελμα το οποίο θέλεις πάρα  
πολύ να εξασκήσεις.



Σε αυτήν την περίπτωση,  
πρέπει να σκεφτείς τα εξής:

- Είναι το σωστό επάγγελμα για εμένα;
- Τι πρέπει να μάθω ακόμη για αυτό το επάγγελμα;

Είναι σημαντικές ερωτήσεις.



Το ProfilPASS έχει πολλές ασκήσεις.  
Όταν κάνεις τις ασκήσεις,  
θα πάρεις αυτές τις απαντήσεις.  
Θα μάθεις τα εξής:  
Τι ξέρεις.  
Σε τι είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή.  
Εάν τα γνωρίζεις αυτά,  
θα βρεις πιο εύκολα το σωστό επάγγελμα.



## **Ανακάλυψε τα δυνατά σου σημεία**

Εάν είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή σε κάτι,  
τότε μπορείς να πεις:

«Είμαι ιδιαίτερα καλός/καλή σε αυτό.»

Ή, μπορείς να πεις:

«Αυτό είναι ένα δυνατό σημείο μου.»

Η δύσκολη λέξη για το «δυνατό σημείο» είναι «δεξιότητα».

Οι δεξιότητές σου φαίνονται παντού.

Ορισμένοι τομείς στους οποίους φαίνονται οι δεξιότητές σου.

- στον ελεύθερο χρόνο,
- στην εργασία στο σπίτι,
- στα χόμπι σου.

Εάν ξέρεις ποιες είναι οι δεξιότητές σου,  
μπορείς να αποφασίσεις τα εξής:

«Αυτή είναι η σωστή εκπαίδευση για εμένα.»

«Αυτό είναι το σωστό επάγγελμα για εμένα.»

Οι δεξιότητες είναι σημαντικές για το επάγγελμά σου.

Εάν έχεις τις δεξιότητες για ένα επάγγελμα,  
τότε είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή σε αυτό.

Τότε, το επάγγελμα είναι απολαυστικό.

## Τρόπος χρήσης του ProfilPASS

Το ProfilPASS έχει πολλές ασκήσεις.

Σε κάποιες ασκήσεις βάζεις Χ στις επιλογές σου.

Σε άλλες ασκήσεις γράφεις κείμενο.

Αφιέρωσε χρόνο στις ασκήσεις.

Να σκέφτεσαι καλά τις απαντήσεις σου.

Εάν έχεις ερωτήσεις,

επικοινωνήσε με έναν σύμβουλο ProfilPASS.



## Σύμβουλος ProfilPASS

Ο σύμβουλος ProfilPASS είναι ένας ειδικός πάνω στο ProfilPASS.

Ο σύμβουλος ProfilPASS σου εξηγεί τις ασκήσεις.

Ο σύμβουλος ProfilPASS σου εξηγεί επίσης:

Τη σημασία των ασκήσεων.

Τη σημασία των απαντήσεων στις ασκήσεις.

Ο σύμβουλος ProfilPASS σου εξηγεί ακόμη:

- Τη σωστή εκπαίδευση για εσένα.
- Το σωστό επάγγελμα για εσένα.
- Τον τρόπο εκδήλωσης ενδιαφέροντος.
- Τι μπορείς να κάνεις στη συνέχεια.



Γεια σου, αυτός είναι ο Νίκος.

Είναι 21 ετών.

Θέλει να γίνει κηπουρός.

Ολοκλήρωσε τη διαδικασία του ProfilPASS.

Μπορεί να σου δώσει συμβουλές.

Μπορεί να σου δείξει τα εξής:

Ο Νίκος απάντησε στις ερωτήσεις.

Οι απαντήσεις του είναι παραδείγματα.

Σκοπός των παραδειγμάτων είναι να σε βοηθήσει  
να απαντήσεις στις ερωτήσεις.

**Καλή διασκέδαση!**

# «Ποιος είμαι/ Ποια είμαι»

**Τι θα κάνεις σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Βάζεις X σε:**

**Αυτό που σε χαρακτηρίζει.**

**Σε αυτό το κεφάλαιο θα μάθεις:**

**Αυτά είναι τα γνω-ρίσματά σου.**

## «Ποιος είμαι/Ποια είμαι»

Κάθε άνθρωπος έχει ιδιαίτερα γνω·ρίσματα.

Τα γνω·ρίσματα δείχνουν τα εξής:

Τι χαρακτηρίζει έναν άνθρωπο.

Για αυτόν τον λόγο, είναι σημαντικό να ξέρεις τα εξής:

«Αυτά είναι τα γνω·ρίσματά μου.»

«Με χαρακτηρίζουν αυτά.»

Η άσκηση είναι πολύ εύκολη.

Σκέψου:

Ποια χαρακτηριστικά σου αρέσουν στους άλλους;

Τι λένε οι άλλοι:

Αυτό που σε χαρακτηρίζει.

Αυτά είναι τα γνω·ρίσματά σου.

## Άσκηση 1

Ποια είναι τα γνω·ρίσματά σου;  
 Πώς περιγράφεις τον εαυτό σου;  
 Τι λένε οι άλλοι για εσένα;

Διάβασε τη λίστα με τα γνω·ρίσματα.  
 Βάλε Χ στα γνω·ρίσματά σου.

Έχω υπομονή.

Είμαι αξιόπιστος/Είμαι αξιόπιστη

Είμαι σχολαστικός/Είμαι σχολαστική.

Είμαι επιμελής.

Σκέφτομαι αρκετά..

Αφιερώνω πολύ χρόνο στη δουλειά μου.

Σκέφτομαι πολύ κάθε ένα από τα καθήκοντά μου.

Μου αρέσει να βρίσκω λύσεις..

Μου αρέσει η τάξη.

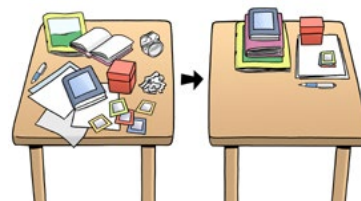
Είμαι αυτό·νομος/Είμαι αυτό·νομη.

Μου αρέσει να παίρνω αποφάσεις.

Κατανοώ γρήγορα τα καθήκοντά μου κάθε φορά.

Θυμάμαι εύκολα.

Είμαι οργανωτικός/Είμαι οργανωτική.





Είμαι καλός ακροατής/Είμαι καλή ακροάτρια.

Μου αρέσει να βοηθάω άλλους.

Χρειάζομαι τη βοήθεια άλλων.

Αγχώνομαι εύκολα.

Έχω πολλές ιδέες.

Έχω περιέργεια.

Μου αρέσει να δοκιμάζω νέα πράγματα.

Μου αρέσει να μαθαίνω νέα πράγματα.

Εξετάζω τα πράγματα σε βάθος.

Μου αρέσουν τα δύσκολα καθήκοντα.

Μπορώ να συγκεντρώνομαι για πολύ ώρα.

Μου αρέσουν τα τεχνικά καθήκοντα.

Είμαι καλός/Είμαι καλή στη χρήση εργαλείων.

Μου αρέσουν τα φυτά.

Μου αρέσουν τα ζώα.

Μου αρέσει να κάνω συνέχεια την ίδια εργασία.

Μου αρέσει να κάνω πράγματα εάν μου τα εξηγήσουν καλά.

Μου αρέσει να κάνω ό,τι μου λένε.

Μου αρέσει να είμαι μόνος/μόνη.

Μου αρέσει να είμαι με άλλους ανθρώπους.

## Αυτή είναι η εικόνα που έχουν οι άλλοι για εμένα

Στις ακόλουθες 2 σελίδες υπάρχει μια λίστα με γνω-ρίσματα.  
Κάποιος άλλος πρέπει να βάλει X  
στα γνω-ρίσματά σου.

Με αυτήν την άσκηση μαθαίνεις:  
Τι λένε οι άλλοι για εσένα.  
Τι εικόνα έχουν οι άλλοι για εσένα.

### Άσκηση 2

Σκέψου τα εξής:

Ποιος/Ποια σε γνωρίζει καλά;  
Ποιον άνθρωπο εμπι-στεύεσαι;  
Μπορεί να είναι ένας φίλος.  
Μπορεί να είναι ένας δάσκαλος.  
Αυτός ο άνθρωπος μπορεί να πει ποιος/ποια είσαι.  
Αυτός ο άνθρωπος μπορεί να πει:  
Αυτά είναι τα γνω-ρίσματά σου.

Δώσε σε αυτόν τον άνθρωπο τη λίστα με τα γνω-ρίσματα.  
Ζήτησέ του τα εξής:  
Να βάλει X στα γνω-ρίσματά σου.



Ο/Η \_\_\_\_\_



Γράψε το όνομά σου

... έχει υπομονή.

... είναι αξιόπιστος/είναι αξιόπιστη.

... είναι σχολαστικός/είναι σχολαστική.

... είναι επιμελής.

... σκέφτεται αρκετά.



... αφιερώνει πολύ χρόνο στη δουλειά του/της.

... σκέφτεται πολύ για την εκάστοτε αρμοδιότητά του/της.

... χαίρεται να βρίσκει λύσεις.

... χαίρεται την τάξη.

... είναι αυτό-νομος/είναι αυτό-νομη.

... χαίρεται να παίρνει αποφάσεις.

... κατανοεί γρήγορα τα καθήκοντά του/της κάθε φορά.

... θυμάται εύκολα.

... είναι οργανωτικός/είναι οργανωτική.

... είναι καλός ακροατής/είναι καλή ακροάτρια.

... χαίρεται να βοηθάει άλλους.

... χρειάζεται τη βοήθεια άλλων.

... αγχώνεται εύκολα.

... έχει πολλές ιδέες.



... έχει περιέργεια.

... χαίρεται να δοκιμάζει νέα πράγματα.

... χαίρεται να μαθαίνει νέα πράγματα.

... εξετάζει τα πράγματα σε βάθος.

... χαίρεται για δύσκολες αρμοδιότητες.

... μπορεί να συγκεντρώνεται για πολύ ώρα.

... χαίρεται για τεχνικά καθήκοντα.

... είναι καλός/είναι καλή στη χρήση εργαλείων.

... αγαπάει τα φυτά.

... αγαπάει τα ζώα.

... χαίρεται να κάνει συνέχεια την ίδια εργασία.

... χαίρεται να κάνει πράγματα εάν του/της τα εξηγήσουν καλά.

... χαίρεται να κάνει ό,τι του/της λένε.



... χαίρεται να είναι μόνος/μόνη.

... χαίρεται να είναι με άλλους ανθρώπους.

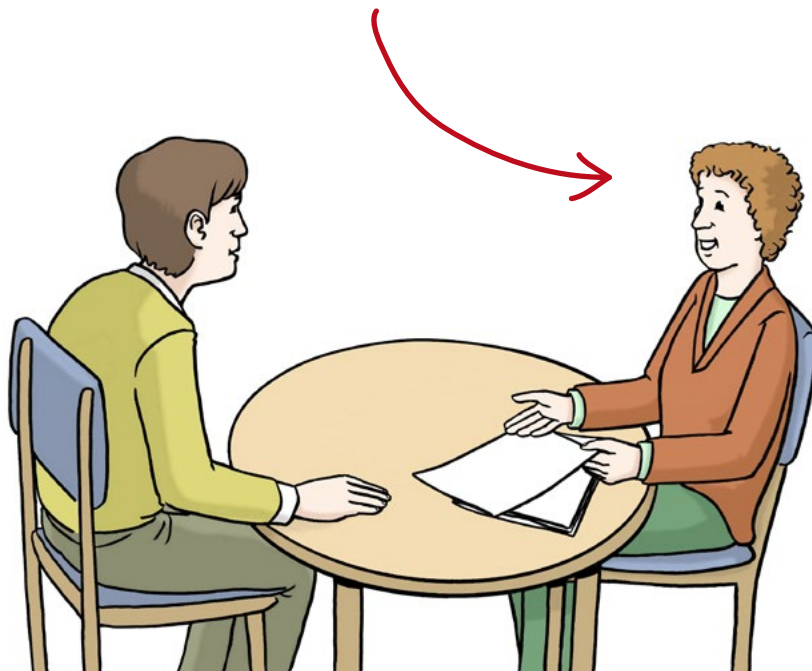


### Άσκηση 3

Τώρα έχεις 2 λίστες:  
Μια λίστα με τα δικά σου Χ.  
Μια λίστα με τα Χ  
του φίλου σου  
ή του δασκάλου σου.



Τοποθέτησε τις λίστες τη μια δίπλα στην άλλη.  
Σύγκρινε τις δύο λίστες.  
Πού έβαλες Χ;  
Πού έβαλε Χ ο φίλος ή ο δάσκαλός σου;  
Υπάρχουν διαφορές;  
Ποιες είναι οι διαφορές;  
Συζήτησε τις διαφορές  
με τον σύμβουλο ProfiPASS.



# Η οικογένειά μου και οι φίλοι μου

**Στο κεφάλαιο που ακολουθεί:  
Θα γνωρίσεις διάφορα επαγγέλματα.**

## Η οικογένειά μου και οι φίλοι μου

Ξέρεις πολλούς ανθρώπους:

Έχεις οικογένεια.

Έχεις φίλους.

Ξέρεις ανθρώπους από το σχολείο.

Από το κτίριο που μένεις.

Από τα εργαστήρια που παρακολουθείς.

Από τον ελεύθερο χρόνο σου.

Πολλοί από αυτούς εξασκούν ένα επάγγελμα.

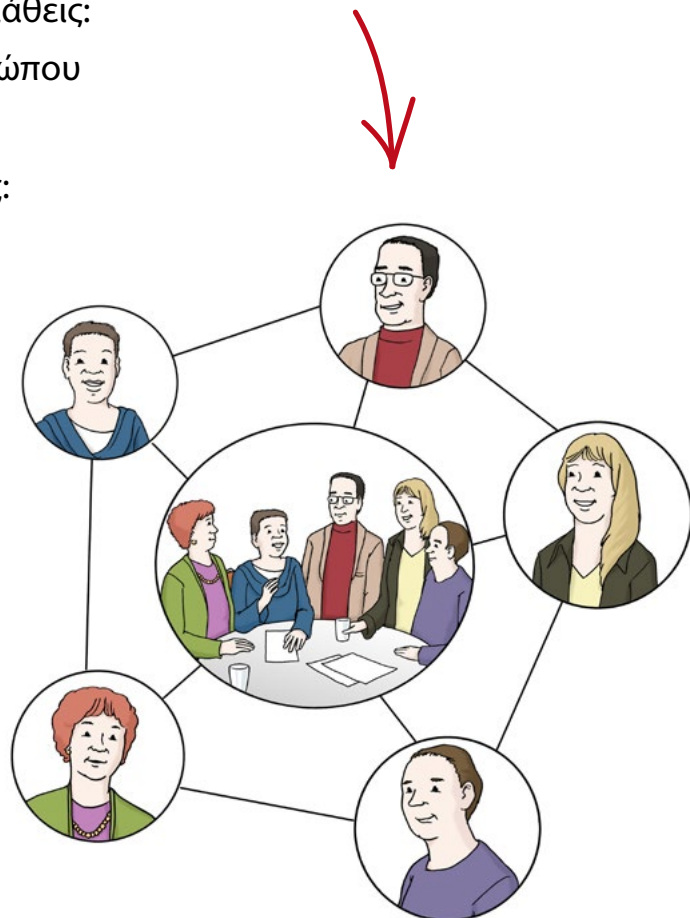
Σε αυτό το κεφάλαιο θα μάθεις:

Τα καθήκοντα κάθε ανθρώπου

σε αυτά τα επαγγέλματα.

Μπορείς ακόμη να μάθεις:

Επαγγέλματα που έχουν



## Άσκηση 4

Στη σελίδα 25 υπάρχει μία λίστα.

Σημείωσε τα εξής στη λίστα:

Τα ονόματα των ανθρώπων που γνωρίζεις καλά.

Τα επαγγέλματα αυτών των ανθρώπων.

Για παράδειγμα:

**Μιχάλης, πωλητής.**

Ή, για παράδειγμα:

**Παναγιώτα, ξυλουργός.**

Γράψε, επίσης, τα ακόλουθα:

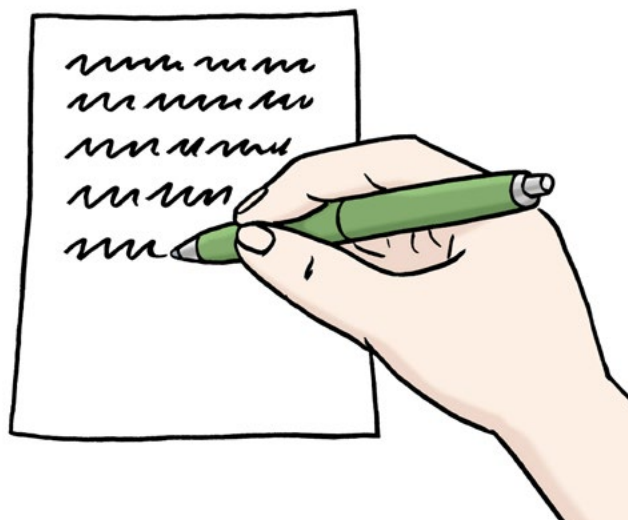
Αυτά είναι τα καθήκοντα αυτού του επαγγέλματος.

Για παράδειγμα:

**Ο Μιχάλης είναι πωλητής ειδών αρτοποιίας.**

Ή, για παράδειγμα:

**Η Παναγιώτα κατασκευάζει ξύλινα έπιπλα.**





Συμπλήρωσε τη λίστα.

Η λίστα περιλαμβάνει τέσσερις στήλες.

Στήλη 1: Εδώ γράφεις το όνομα του ατόμου.

Στήλη 2: Εδώ γράφεις τα επαγγέλματα αυτών των ανθρώπων.

Στήλη 3: Εδώ γράφεις τα καθήκοντα των επαγγελμάτων.

Η στήλη 4 είναι για σένα.

Βάλε X στα πεδία

των επαγγελμάτων που σου αρέσουν.

Ή εάν σου αρέσουν οι δραστηριότητες.

Δηλαδή, εάν θέλεις να δείξεις ότι:

«Αυτό θα μου άρεσε να το κάνω.»



Ο Νίκος συμπλήρωσε ήδη τη λίστα.

Αυτή είναι η συμπληρωμένη λίστα του Νίκου:

Όνομα	Επάγγελμα	Καθήκοντα	Αυτό θα μου άρεσε να το κάνω
Μαρία	Δακτυλογράφος	Πληκτρολόγηση στον υπολογιστή, τηλεφωνικές κλήσεις	
Αντρέας	Μπογιατζής	Βάφει τοίχους, αναμειγνύει χρώματα	X
Γιώργος	Βοηθός μάγειρα	Μαγειρεύει, τεμαχίζει λαχανικά, πλένει, καθαρίζει	X

Όνομα	Επάγγελμα	Καθήκοντα	Αυτό θα μου άρεσε να το κάνω

## Άσκηση 5

Ρίξε μια ματιά στη λίστα.

Απάντησε αυτές τις ερωτήσεις:

Γιατί σου αρέσουν αυτά τα επαγγέλματα;

---

---

Γιατί σου αρέσουν αυτά τα καθήκοντα;

---

---

Μπορείς να κάνεις αυτά τα καθήκοντα;

Ναι

Όχι

Τι πρέπει να μάθεις ακόμη;

---

---

Θέλεις να κάνεις άλλο επάγγελμα;

Ναι

Όχι

Ποιο είναι το επάγγελμα που θέλεις να εξασκήσεις;

---

---

Τι σου αρέσει σε αυτό το επάγγελμα;

---

---

Ποια είναι τα καθήκοντα των ανθρώπων σε αυτό το επάγγελμα;

---

---

Ποιες είναι οι ικανότητές σου  
ώστε να κάνεις αυτό το επάγγελμα;

---

---

Τι πρέπει να μάθεις ακόμη για αυτό το επάγγελμα;

---

---

- Ο Νίκος θα ήθελε να εργαστεί σε ένα ανθο-πωλείο.
- Του Νίκου του αρέσουν οι χειρω-νακτικές εργασίες.
- Ο Νίκος αγαπάει τα φυτά.
- Ο Νίκος γνωρίζει ήδη πολλά φυτά.
- Ο Νίκος πρέπει να μάθει πώς φροντίζουν τα φυτά.



# Η ημέρα μου

**Σε αυτό το κεφάλαιο θα:**

**Γράψεις τι κάνεις.**

**Θα δεις:**

**Σε τι είσαι καλός/Σε τι είσαι καλή.**

**Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.**

## Η ημέρα μου

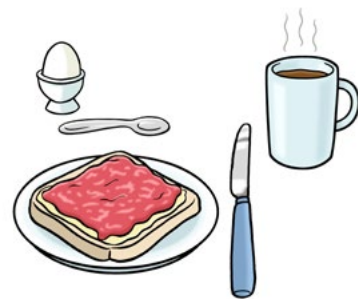
Κάθε μέρα κάνεις πολλά πράγματα:

Φτιάχνεις πρωινό.

Συμ·μαζεύεις.

Πηγαίνεις για ψώνια.

Σίγουρα κάνεις πολύ περισσότερα.



Πολλά από αυτά σου αρέσει να τα κάνεις.

Σε πολλά από αυτά είσαι καλός/είσαι καλή.

Εάν είσαι καλός/είσαι καλή σε κάτι,  
αποτελεί ένα δυνατό σημείο σου.

Η δύσκολη λέξη για το «δυνατό σημείο»  
είναι «δεξιότητα».



Για ένα επάγγελμα χρειάζεσαι δεξιότητες.

Για αυτόν τον λόγο, είναι σημαντικό να ξέρεις:

Ποιες είναι οι δεξιότητές σου.

Έτσι θα ανακαλύψεις τι δεξιότητές σου:

Σκέψου μια φυσιολογική ημέρα.

Σημείωσε τα εξής στη λίστα:

- Τι κάνεις μέσα στη μέρα.
- Αυτά είναι τα καθήκοντά σου.
- Αυτά τα γνωρίζεις.



<b>Καθημερινό πρόγραμμα</b>		
		<b>Σήκω</b>
		<b>Πρωινό</b>
		<b>Δουλειά</b>
		<b>Αθλητισμός</b>
		<b>Βραδινό</b>
		<b>κινηματογράφος</b>



Αξιο-λόγησε:

Πόσο καλά κάνεις αυτά τα καθήκοντα.

Η αξιο-λόγηση γίνεται με smiley.

Ο όρος smiley είναι αγγλική λέξη.

Στα Ελληνικά είναι οι φατσούλες.

Προφέρεται ως εξής: Σμάιλι.

Τα smiley γράφονται με συνδυασμό 2 πλήκτρων:

Με το πλήκτρο άνω και κάτω τελείας :

Με το πλήκτρο της παρένθεσης )

Χρησιμοποίησε πρώτα το πλήκτρο άνω και κάτω τελείας :

Στη συνέχεια, χρησιμοποίησε το πλήκτρο της παρένθεσης )

Θα εμφανιστεί το smiley :)

Με τα smiley εκφράζεις χωρίς λέξεις.

Δώσε στον εαυτό σου από 1 μέχρι 3 smiley για κάθε καθήκον:

☺ = Μπορώ να το κάνω εάν με βοηθήσει κάποιος.

☺☺ = Μπορώ να το κάνω εάν δεν αλλάξει κάτι.

☺☺☺ = Μπορώ να το κάνω καλά και μόνος/μόνη.



Ο Νίκος συμπλήρωσε ήδη τη λίστα.  
Αυτή είναι η συμπληρωμένη λίστα του Νίκου:



Ώρα	Τι κάνω	Καθήκοντα	Τι έμαθα	Πόσο καλά το κάνω
7:00	Πρωινό	Φτιάξιμο καφέ	Χρησιμοποιώ συσκευές.	😊😊
8:00	Εργαστήριο	Κλάδεμα φραχτών	Έμαθα να χρησιμοποιώ κηπουρικά εργαλεία.	😊😊😊
		Ξεχορτά-ριασμα	Ξεχωρίζω φυτά.	😊😊😊
17:00	Εργασίες στο σπίτι	Πότισμα λουλουδιών στο μπαλκόνι	Φροντίζω φυτά.	😊😊😊
		Συμ-μάζεμα δωματίου	Διατηρώ το σπίτι σε τάξη.	😊😊
19:00	Βραδινό	Στρώσιμο τραπεζιού	Ξέρω πού βρίσκονται τα μαχαιροπίρουνα.	😊😊😊
		Πλύσιμο πιάτων Στέγνωμα πιάτων	Πλένω σχολαστικά τα πιάτα.	😊
20:00	Υπολογιστής	Παιχνίδια στον υπολογιστή	Έμαθα να χρησιμοποιώ τον υπολογιστή.	😊😊😊

## Άσκηση 6

Τώρα ήρθε η σειρά σου:

Σκέψου μία φυσιολογική ημέρα.

Συμπλήρωσε τη λίστα.

Στήλη 1: Γράψε την ώρα.

Στήλη 2: Γράψε: Τι κάνεις την κάθε ώρα.

Στήλη 3: Γράψε: Τα καθήκοντά σου.

Στήλη 4: Γράψε: Τι έμαθες.

Στήλη 5: Αξιο-λόγησε με smiley πόσο καλά κάνεις αυτά τα καθήκοντα.

Συμπλήρωσε τη λίστα.



Ώρα	Τι κάνω	Καθήκοντα	Τι έμαθα	Πόσο καλά το κάνω

## Άσκηση 7

Ρίξε μία ματιά στη λίστα.

Μπορείς να δεις τη λίστα μόνος σου/μόνη σου.

Μπορείς να δεις τη λίστα και μαζί με τον σύμβουλο ProfIPASS.

Σε τι είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;

Αυτά είναι τα καθήκοντα με τα 3 smiley στην τελευταία στήλη.

Γράψε τα ακόλουθα:

Σε ποια καθήκοντα είχες 3 smiley;

Αυτά είναι τα καθήκοντα που είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή.

Μπορείς να πεις επίσης:

Εδώ ανα·δεικνύεις τις δεξιότητές σου.

Αυτές είναι οι δεξιότητές μου:

•

---

•

---

•

---

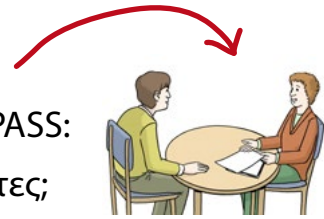
[Πήγαινε στην σελίδα 71 →](#)

Αυτή είναι η λίστα του Νίκου με τις δεξιότητές του:

- Χρήση συσκευών
- Διάκριση φυτών
- Εργασία στον υπολογιστή



Σκέψου τα παρακάτω μαζί με τον σύμβουλο ProfiPASS:  
Σε ποια επαγγέλματα χρειάζονται αυτές οι δεξιότητες;



---

---

---

Αποφάσισε τα εξής:

Σου φαίνονται ενδιαφέροντα αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι

Θα ήθελες να εξασκήσεις αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι

**Αυτές είναι οι δεξιότητες του Νίκου:**

- Χρήση συσκευών
- Διάκριση φυτών
- Εργασία στον υπολογιστή



**Αυτά είναι τα σωστά επαγγέλματα βάσει των δεξιοτήτων του Νίκου:**

- Κηπουρός
- Υπάλληλος σε ανθο-πωλείο

# Η εργασία μου στο σπίτι

**Σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Θα σημειώσεις:**

**Τι κάνεις στο σπίτι.**

**Θα δεις:**

**Σε τι είσαι καλός/Σε τι είσαι καλή.**

**Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.**

## Η εργασία μου στο σπίτι

Στο σπίτι υπάρχουν πολλές εργασίες.

Ορισμένες εργασίες σου αρέσουν.

Σε κάποιες εργασίες είσαι καλός/είσαι καλή.

Αυτό σημαίνει ότι:

Η εργασία στο σπίτι δείχνει τα δυνατά σου σημεία.

Σε αυτό το κεφάλαιο θα ανακαλύψεις:

Τα δυνατά σημεία που φαίνονται κατά την εργασία σου στο σπίτι.



## Άσκηση 8

Συμπλήρωσε τη λίστα.

Η λίστα έχει 5 στήλες.

Στήλη 1: Εδώ υπάρχουν πολλές εργασίες που γίνονται στο σπίτι.

Στήλη 2: Βάλε X στις εργασίες που κάνεις στο σπίτι  
από την πρώτη στήλη.

Στήλη 3: Γράψε: Αυτά είναι τα καθήκοντά μου.

Στήλη 4: Γράψε: Τι έμαθες από αυτήν την εργασία.

Στήλη 5: Αξιολόγησε με smiley πόσο καλά κάνεις αυτά τα καθήκοντα.



Η εργασία που κάνεις δεν αναγράφεται στη λίστα;

Τότε συμπλήρωσε τη λίστα.

Στο τέλος της λίστας υπάρχει χώρος.

Σημείωσε στη στήλη 1: Την εργασία σου στο σπίτι.

Στη συνέχεια, σημείωσε:

Στήλη 3: Τα καθήκοντά σου.

Στήλη 4: Τι έμαθες.

Στήλη 5: Πόσο καλά κάνεις αυτά τα καθήκοντα.





<b>Εργασία στο σπίτι</b>	<b>Τι κάνω</b>	<b>Καθήκοντα</b>	<b>Τι έμαθα</b>	<b>Πόσο καλά το κάνω</b>
Συμμάζεμα				
Καθαριότητα				
Πλύσιμο ρούχων				
Ψώνια				
Μαγείρεμα				
Φροντίδα φυτών				
Επισκευές				
Εργασίες στον κήπο				

## Άσκηση 9

Ρίξε μία ματιά στη λίστα.

Μπορείς να δεις τη λίστα μόνος σου/μόνη σου.

Μπορείς να δεις τη λίστα και μαζί με  
τον σύμβουλο ProfIPASS.



Υπάρχουν καθήκοντα στα οποία είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;

Αυτά είναι τα καθήκοντα με τα 3 smiley  
στην τελευταία στήλη.

Γράψε τα ακόλουθα:

Σε ποια καθήκοντα είχες 3 smiley;



Αυτά είναι τα καθήκοντα στα οποία είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή.

Μπορείς να πεις επίσης:

Εδώ ανα·δεικνύεις τις δεξιότητές σου.

Αυτές είναι οι δεξιότητές μου:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Πήγαινε στην σελίδα 71 →



Σκέψου τα παρακάτω μαζί με τον σύμβουλο ProfiPASS:  
Σε ποια επαγγέλματα χρειάζονται αυτές οι δεξιότητες;

---

---

---

Αποφάσισε τα εξής:  
Σου φαίνονται ενδιαφέροντα αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι

Θα ήθελες να εξασκήσεις αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι

# Τα χόμπι μου

**Σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Θα σημειώσεις:**

**Τι κάνεις στον ελεύθερο χρόνο σου.**

**Θα δεις:**

**Σε τι είσαι καλός/Σε τι είσαι καλή.**

**Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.**

## Τα χόμπι μου

Στον ελεύθερο χρόνο σου κάνεις πράγματα που σου δίνουν χαρά.

Πρόκειται για τα χόμπι.

Τα χόμπι ανα-δεικνύουν τα δυνατά σου σημεία.

Δύο παραδείγματα:

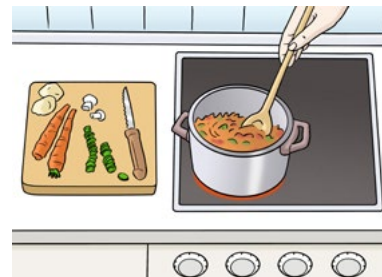
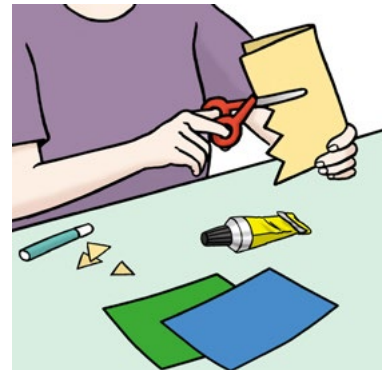
Εάν είσαι καλός/καλή στις χειρο-τεχνίες, σημαίνει ότι:

Είσαι καλός/Είσαι καλή στις χειρω-νακτικές εργασίες.

Αυτό είναι ένα δυνατό σημείο.

Εάν σου αρέσει το μαγείρεμα, σημαίνει ότι:

Το μαγείρεμα είναι ένα δυνατό σου σημείο.



Σε αυτό το κεφάλαιο θα ανακαλύψεις τα δυνατά σου σημεία από τα χόμπι που κάνεις.

Είναι σημαντικό.

Είναι σημαντικό και για το επάγγελμά σου.

Μπορεί να καταφέρεις να χρησιμοποιήσεις κάποιο από τα δυνατά σου σημεία στο επάγγελμά σου.

Τότε θα είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή σε αυτό το επάγγελμα.

Τότε θα σου προσφέρει χαρά το επάγγελμά σου.

## Άσκηση 10

Συμπλήρωσε τη λίστα.

Η λίστα έχει 5 στήλες.

1η στήλη: Εδώ αναγράφονται τα χόμπι.

2η στήλη: Βάλε Χ στα πεδία με τα χόμπι που κάνεις από τη στήλη 1.

3η στήλη: Γράψε: Τι κάνεις στα χόμπι.

4η στήλη: Γράψε: Τι έμαθες από τα χόμπι.

5η στήλη: Αξιο-λόγησε με smiley πόσο καλά τα κάνεις.



Τα χόμπι σου δεν αναγράφονται στη λίστα;

Τότε συμπλήρωσε τη λίστα.

Στο τέλος της λίστας υπάρχει χώρος.

Σημείωσε στη στήλη 1: Το χόμπι σου.

Στη συνέχεια, σημείωσε:

Στήλη 3: Τι κάνεις στα χόμπι.

Στήλη 4: Τι έμαθες.

Στήλη 5: Πόσο καλά το κάνεις.

**Αυτά είναι τα χόμπι του Νίκου:**

Του Νίκου του αρέσουν τα παιχνίδια υπολογιστή.

Του Νίκου του αρέσει να φροντίζει

τα λουλούδια στο μπαλκόνι.

Του Νίκου του αρέσουν οι χειρο-τεχνίες.



Χόμπι	Τι κάνω	Τι κάνω στο χόμπι	Τι έμαθα	Πόσο καλά το κάνω
Διάβασμα				
Παιχνίδια υπολογιστή				
Σερφάρισμα στο διαδίκτυο				
Ζωγραφική				
Μουσική				
Χειρο-τεχνίες				
Χειρω-νακτικές εργασίες				
Επισκευές				
Γυμναστική				
Μαγείρεμα				
Φωτογραφία				
Λήψη βίντεο				
Εργασίες στον κήπο				
Θέατρο				

## Άσκηση 11

Ρίξε μια ματιά στη λίστα.

Μπορείς να δεις τη λίστα μόνος σου/μόνη σου.

Μπορείς να δεις τη λίστα και μαζί με τον σύμβουλο ProfiIPASS.

Υπάρχουν χόμπι στα οποία είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;

Αυτά είναι τα χόμπι με τα 3 smiley στην τελευταία στήλη.

Γράψε τα ακόλουθα:

Σε ποια χόμπι είχες 3 smiley;



Σε αυτά τα χόμπι είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή.

Μπορείς να πεις επίσης:

Εδώ ανα-δεικνύεις τις δεξιότητές σου.

Αυτές είναι οι δεξιότητές μου:

•

---

•

---

•

---

Πήγαινε στην σελίδα 71 →

**Αυτές είναι οι δεξιότητες του Νίκου:**

**Νίκος ξέρει να χρησιμοποιεί τον υπολογιστή.**

**Νίκος ξέρει να ξεχωρίζει φυτά.**

**Νίκος ξέρει να φροντίζει φυτά.**

**Νίκος είναι καλός στις χειρω-νακτικές εργασίες.**







Σκέψου τα παρακάτω μαζί με τον σύμβουλο ProfilPASS:  
Σε ποια επαγγέλματα χρειάζονται αυτές οι δεξιότητες;

---

---

---

Αποφάσισε τα εξής:  
Σου φαίνονται ενδιαφέροντα αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι

Θα ήθελες να εξασκήσεις αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι

# Το σχολείο μου

**Σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Θα σημειώσεις:**

**Το χρονικό διάστημα που πήγαινες στο σχολείο.**

**Τα μαθήματα που είχες.**

**Θα δεις:**

**Σε ποια μαθήματα είχες καλούς βαθμούς.**

**Σε ποια τα μαθήματα είσαι καλός/είσαι καλή.**

**Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.**

## Το σχολείο μου

Γράψε τα ακόλουθα:

Ποια ήταν τα σχολεία σου;

Ποια χρονικά διαστήματα πήγες  
σε αυτά τα σχολεία;

Έχεις απολυτήριο;

Ποιο απολυτήριο έχεις



**ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ**

-----

-----

-----

-----

Σημείωσε τα εξής στη λίστα:

Όνομα σχολείου	από ... έως ...	Πτυχίο

## Άσκηση 12

Το σχολείο έχει πολλά μαθήματα.

Κάποια μαθήματα μάς δίνουν χαρά.

Αυτά είναι τα αγαπημένα μας μαθήματα.

Συνήθως, οι μαθητές παίρνουν καλούς βαθμούς στα αγαπημένα τους μαθήματα.

Ισχύει για σένα;

Σε ποια μαθήματα τα καταφέρνεις ιδιαίτερα καλά;

Ποια είναι τα αγαπημένα σου μαθήματα;

Συμπλήρωσε τη λίστα.

Η λίστα έχει 5 στήλες.

Στήλη 1: Εδώ αναγράφονται μαθήματα.

Στήλη 2: Βάλε Χ στα πεδία στα οποία αναγράφονται τα μαθήματα που είχες στο σχολείο.

Στήλη 3: Γράψε: Τι έκανες στο μάθημα.

Στήλη 4: Γράψε: Τι έμαθες.

Στήλη 5: Αξιολόγησε με smiley πόσο καλός/πόσο καλή είσαι στο μάθημα.



Τα αγαπημένα σου μαθήματα δεν αναγράφονται στη λίστα;

Τότε συμπλήρωσε τη λίστα.

Στο τέλος της λίστας υπάρχει χώρος.

Σημείωσε στη στήλη 1: Τα αγαπημένα σου μαθήματα.

Στη συνέχεια, σημείωσε:

Στήλη 3: Τι έκανες στα μαθήματα.

Στήλη 4: Τι έμαθες.

Στήλη 5: Πόσο καλός/Πόσο καλή είσαι στα μαθήματα.

Ο Νίκος συμπλήρωσε ήδη τη λίστα.  
Αυτή είναι η συμπληρωμένη λίστα του Νίκου:



Μάθημα	Τι κάνω	Τι έκανα στο μάθημα	Τι έμαθα	Πόσο καλά το κάνω
<b>Μαθηματικά</b>	Χ	Προπαίδια του 10 Προπαίδια του 20	Πρόσθεση, αφαίρεση πολλαπλασιασμός	
<b>Γλώσσα (Ελληνικά)</b>	Χ	Ανάγνωση ιστοριών Απαντήσεις σε ερωτήσεις για τις ιστορίες	Ανάγνωση Κατανόηση μεγάλων κειμένων	
<b>Βιολογία</b>	Χ	Έκανα πειράματα με φυτά.	Τα φυτά χρειάζονται χώμα, ήλιο και νερό. Τότε μπορούν να αναπτυχθούν.	
...				

Συμπλήρωσε τη λίστα.

<b>Μάθημα</b>	<b>Τι κάνω</b>	<b>Τι έκανα στο μάθημα</b>	<b>Τι έμαθα</b>	<b>Πόσο καλά το κάνω</b>
<b>Μαθηματικά</b>				
<b>Γλώσσα (Ελληνικά)</b>				
<b>Βιολογία</b>				
<b>Ειδικά μαθήματα</b>				
<b>Φυσική</b>				
<b>Χημεία</b>				
<b>Ιστορία</b>				
<b>Γεωγραφία</b>				
<b>Πληροφορική</b>				
<b>Οικιακή οικονομία</b>				
<b>Θρησκευτικά</b>				
<b>Καλλιτεχνικά</b>				
<b>Μουσική</b>				
<b>Γυμναστική</b>				

## Άσκηση 13

Ρίξε μία ματιά στη λίστα.

Μπορείς να δεις τη λίστα μόνος σου/μόνη σου.

Μπορείς να δεις τη λίστα και μαζί με τον σύμβουλο ProfilPASS.

Υπάρχουν μαθήματα στα οποία είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;  
Αυτά είναι τα μαθήματα με τα 3 smiley στην τελευταία στήλη.

Γράψε τα ακόλουθα:

Σε ποια μαθήματα είχες 3 smiley;



Σε αυτά τα μαθήματα τα καταφέρνεις ιδιαίτερα καλά.

Μπορείς να πεις επίσης:

Εδώ ανα-δεικνύεις τις δεξιότητές σου.

Αυτές είναι οι δεξιότητές μου:

•

•

•

[Πήγαινε στην σελίδα 71 →](#)



Σκέψου τα παρακάτω μαζί με τον σύμβουλο ProfIPASS:  
Σε ποια επαγγέλματα χρειάζονται αυτές οι δεξιότητες

---

---

---

Αποφάσισε τα εξής:

Σου φαίνονται ενδιαφέροντα αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι

Θα ήθελες να εξασκήσεις αυτά τα επαγγέλματα;

Ναι Όχι



Σου άρεσε το σχολείο;

Ναι Όχι

Τι σου άρεσε στο σχολείο;

Το να μαθαίνω μαζί με άλλους

Η παρέα με συμμαθητές

Το σταθερό πρόγραμμα

Οι εκδρομές

Η ομάδα θεάτρου

...

Του Νίκου του άρεσε να πηγαίνει στο σχολείο.

Του Νίκου του άρεσαν τα εξής:

- Οι συμμαθητές
- Το παιχνίδι στα διαλείμματα
- Το φύτεμα λουλουδιών στο χωράφι μπροστά από το σχολείο



Του Νίκου δεν του άρεσαν τα εξής:

- Τα μαθηματικά
- Η παραμονή στην ίδια θέση για πολύ ώρα

# Η εκπαίδευσή μου/ Η κατάρτισή μου

**Σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Θα σημειώσεις:**

**Το χρονικό διάστημα που έμαθες την τέχνη του επαγγέλματός σου.**

**Ποια ήταν τα καθήκοντά σου.**

**Θα μάθεις:**

**Σε τι είσαι καλός/Σε τι είσαι καλή.**

**Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.**

## Η εκ·παίδευσή μου/ Η κατάρτισή μου

Έμαθες κάποιο επάγγελμα;

Ή μαθαίνεις ένα επάγγελμα;

Τότε λέμε πως:

Ολοκλήρωσες μια εκ·παίδευση/ κατάρτιση.

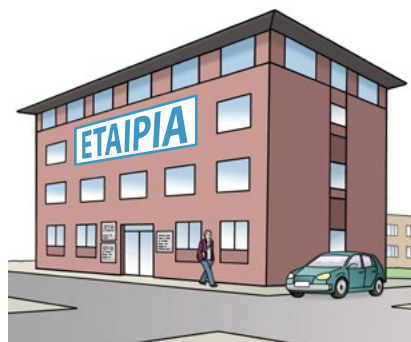
Ή ολοκληρώνεις μια εκ·παίδευση/ κατάρτιση.

Σε ποιο επάγγελμα εκ·παιδεύεσαι;

Πού ολοκληρώνεις την εκ·παίδευσή σου;

Ποιο πτυχίο έχεις;

Ή ποιο πτυχίο προσπαθείς να αποκτήσεις;



Σημείωσε τα εξής στη λίστα:

Όνομα εκ·παίδευσης/ κατάρτισης	Όνομα επιχείρησης	Εκ·παίδευση/Κατάρτιση από ... έως ...	Πτυχίο

## Άσκηση 14

Στην εκπαίδευση/κατάρτιση έχεις διάφορα καθήκοντα.

Ποια είναι τα καθήκοντά σου;

Σε τι είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;

Συμπλήρωσε τη λίστα.

Η λίστα έχει 4 στήλες.

Στήλη 1: Γράψε: Τι κάνεις.

Στήλη 2: Γράψε: Τα καθήκοντά σου.

Στήλη 3: Γράψε: Τι έμαθες.

Στήλη 4: Αξιολόγησε με smiley πόσο καλός/  
πόσο καλή είσαι σε αυτήν την εργασία.



Τι κάνω	Καθήκοντα	Τι έμαθα	Πόσο καλά κάνω αυτήν την εργασία

## Άσκηση 15

Ρίξε μία ματιά στη λίστα.

Μπορείς να δεις τη λίστα μόνος σου/μόνη σου.

Μπορείς να δεις τη λίστα και μαζί με τον σύμβουλο ProfilPASS.



Υπάρχουν εργασίες στις οποίες είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;

Αυτές είναι οι εργασίες με τα 3 smiley στην τελευταία στήλη.

Γράψε τα ακόλουθα:

Σε ποιες εργασίες είχες 3 smiley;



Αυτές είναι οι εργασίες στις οποίες είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή.

Μπορείς να πεις επίσης:

Εδώ ανα·δεικνύεις τις δεξιότητές σου.

Αυτές είναι οι δεξιότητές μου:

•

•

•

Πήγαινε στην σελίδα 71 →

Σου αρέσει η εκπαίδευσή σου/ κατάρτισή σου;

Ναι      Όχι

Τι δεν σου αρέσει;

---

---

---

Τι σου προσφέρει ιδιαίτερη χαρά;

Μου αρέσουν οι χειρω-νακτικές εργασίες

Μου αρέσει να εργάζομαι με υπολογιστές

Μου αρέσει να μιλάω με άλλους ανθρώπους

Μου αρέσει να εργάζομαι μόνος/μόνη

Μου αρέσει να εργάζομαι μαζί με άλλους

Μου αρέσει να κάνω κάθε μέρα τα ίδια

Μου αρέσει να κάνω κάθε μέρα τα ίδια

Μου αρέσει η ησυχία στη δουλειά

Μου αρέσει να βρίσκομαι σε κίνηση

...

...

# Η εργασία μου

**Σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Θα σημειώσεις:**

**Πού εργάζεσαι.**

**Τι κάνεις στην εργασία.**

**Θα μάθεις:**

**Σε τι είσαι καλός/Σε τι είσαι καλή.**

**Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.**

## Η εργασία μου

Δουλεύεις κάπου;

Ή δούλευες στο παρελθόν;

Ή έκανες την πρακτική σου άσκηση;

Η πρακτική άσκηση περιλαμβάνει την εργασία σε μια εταιρεία.

Το διάστημα είναι μικρό.

Για παράδειγμα, για να μάθει κανείς μια εργασία.

Πότε δούλεψες;

Ποια είναι η ειδικό-τητά σου;

Ποιο είναι το επάγγελμα στο οποίο δούλεψες;

Σε ποια επιχείρηση εργάζεσαι;

Σε ποια επιχείρηση εργάστηκες;

Σημείωσε τα όλα στη λίστα:



Από ... έως ...	Εργασία ως ...	Όνομα επιχείρησης



## Άσκηση 16

Η εργασία περιλαμβάνει πολλά και διαφορετικά καθήκοντα.

Ποια είναι τα καθήκοντά σου;

Ποια ήταν τα καθήκοντά σου;

Σε τι είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;

Συμπλήρωσε τη λίστα.

Η λίστα έχει 4 στήλες.

Στήλη 1: Γράψε: Γράψε τι κάνεις.

Στήλη 2: Γράψε: Τα καθήκοντά σου.

Στήλη 3: Γράψε: Τι έμαθες.

Στήλη 4: Αξιο-λόγησε με smiley πόσο καλός/  
πόσο καλή είσαι σε αυτήν την εργασία.



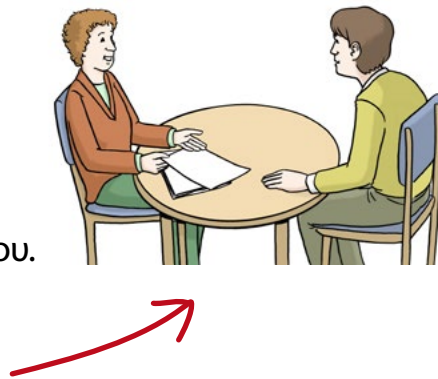
Τι κάνω	Καθήκοντα	Τι έμαθα	Πόσο καλά κάνω αυτήν την εργασία

## Άσκηση 17

Ρίξε μία ματιά στη λίστα.

Μπορείς να δεις τη λίστα μόνος σου/μόνη σου.

Μπορείς να δεις τη λίστα και μαζί με τον σύμβουλο ProfilPASS.



Υπάρχουν εργασίες στις οποίες είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή;

Αυτές είναι οι εργασίες με τα 3 smiley στην τελευταία στήλη.

Γράψε τα ακόλουθα:

Σε ποιες εργασίες είχες 3 smiley;



Αυτές είναι οι εργασίες στις οποίες είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή.

Μπορείς να πεις επίσης:

Εδώ ανα-δεικνύεις τις δεξιότητές σου.

Αυτές είναι οι δεξιότητές μου:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Πήγαινε στην σελίδα 71 →

Σου αρέσει η εργασία σου;

Ναι      Όχι

Τι δεν σου αρέσει;

---

---

---

Τι σου προσφέρει ιδιαίτερη χαρά;

Μου αρέσουν οι χειρωνακτικές εργασίες

Μου αρέσει να εργάζομαι με υπολογιστές

Μου αρέσει να μιλάω με άλλους ανθρώπους

Μου αρέσει να εργάζομαι μόνος/μόνη

Μου αρέσει να εργάζομαι μαζί με άλλους

Μου αρέσει να κάνω κάθε μέρα τα ίδια

Μου αρέσει πάντα να κάνω κάτι διαφορετικό

Μου αρέσει η ησυχία στη δουλειά

Μου αρέσει να βρίσκομαι σε κίνηση

...

...

# Τι μπορώ να κάνω

**Σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Συγκεντρώνεις τα αποτελέσματα των ασκήσεων.**

**Θα δεις:**

**Σε τι είσαι καλός/Σε τι είσαι καλή.**

**Ποια είναι τα δυνατά σημεία σου.**

## Τι μπορώ να κάνω

Ολοκλήρωσε όλες τις ασκήσεις.

Σημείωσε όλα όσα χρειάζεσαι σε κάθε κεφάλαιο:

Σε τι είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή.

Αυτό σημαίνει ότι:

Ξέρεις τα δυνατά σου σημεία.

Η δύσκολη λέξη για τα «δυνατά σημεία» είναι «δεξιότητες».



## Άσκηση 18

Στη σελίδα 71 θα δεις μία λίστα.

Γράψε τις δεξιότητές σου σε αυτήν τη λίστα.

Πώς γίνεται:

Γύρνα πίσω στα κεφάλαια:

- Η ημέρα μου
- Η εργασία μου στο σπίτι
- Τα χόμπι μου
- Το σχολείο μου
- Η εκ-παίδευσή μου/ Η κατάρτισή μου
- Η εργασία μου

Στο τέλος κάθε κεφαλαίου είχες σημειώσει:

«Αυτές είναι οι δεξιότητές μου.»

Αυτές τις δεξιότητες θα τις βρεις στις σελίδες: 36, 42, 48, 55, 61 και 66.

**Ο Νίκος έχει ολοκληρώσει αυτήν την άσκηση.**

Κεφάλαιο	Οι δεξιότητές μου
<b>Η ημέρα μου</b> (Σελ. 36)	Χρήση συσκευών Διάκριση φυτών Εργασία στον υπολογιστή
<b>Η εργασία μου στο σπίτι</b> (Σελ. 42)	Σωστή φροντίδα λουλουδιών Επισκευή συσκευών
<b>Τα χόμπι μου</b> (Σελ. 48)	Φροντίδα φυτών
<b>Το σχολείο μου</b> (Σελ. 55)	Προσδιορισμός πραγμάτων Περιγραφή πραγμάτων Αξιο-λόγηση πραγμάτων
<b>Η εκ-παίδευσή μου/ Η κατάρτισή μου</b> (Σελ. 61)	Σωστή χρήση συσκευών εργασίας Δημιουργία ανθοδεσμών
<b>Η εργασία μου</b> (Σελ. 66)	Διάκριση φυτών Σωστή φροντίδα φυτών



Σημείωσε τις δεξιότητές σου  
στη λίστα που θα βρεις σε αυτήν τη σελίδα.  
Έτσι θα δεις όλες τις δεξιότητές σου.

Κεφάλαιο	Οι δεξιότητές μου
<b>Η ημέρα μου</b> (Σελ. 36)	
<b>Η εργασία μου στο σπίτι</b> (Σελ. 42)	
<b>My hobbies</b> (Σελ. 48)	
<b>Το σχολείο μου</b> (Σελ. 55)	
<b>Η εκπαίδευσή μου/ Η κατάρτισή μου</b> (Σελ. 61)	
<b>Η εργασία μου</b> (Σελ. 66)	

## Άσκηση 19

Ρίξε μία ματιά στη λίστα.

Μπορείς να δεις τη λίστα μόνος σου/μόνη σου.

Μπορείς να δεις τη λίστα και μαζί με τον σύμβουλο ProfiPASS.



Εμφανίζονται πολλές φορές κάποιες δεξιότητες στη λίστα;

Τότε είσαι ιδιαίτερα καλός/καλή σε αυτές.

Αυτές οι δεξιότητες είναι ιδιαίτερα σημαντικές.

Σημείωσε αυτές τις δεξιότητες στη λίστα.

Πώς γίνεται:

Πρόσθεσε ένα θαυμαστικό (!) μετά τη δεξιότητα.

**Έτσι το έκανε ο Νίκος:**

Κεφάλαιο	Οι δεξιότητές μου
<b>Η ημέρα μου</b> (Σελ. 36)	Χρήση συσκευών Διάκριση φυτών! Εργασία στον υπολογιστή
<b>Η εργασία μου στο σπίτι</b> (Σελ. 42)	Σωστή φροντίδα λουλουδιών! Επισκευή συσκευών





Συζήτησε με τον σύμβουλο ProfiPASS.

Ρώτησέ τον τα εξής:

Σε ποια επαγγέλματα χρειάζονται οι δεξιότητές σου;

Σημείωσε τα εξής στη λίστα:

1η στήλη: Οι δεξιότητές σου

2η στήλη: Επαγγέλματα στα οποία χρειάζονται αυτές οι δεξιότητες

Οι δεξιότητές μου	Επαγγέλματα στα οποία χρειάζονται αυτές οι δεξιότητες

**Ο Νίκος συζήτησε με τον σύμβουλο ProfiPASS:**

**Ο σύμβουλος ProfiPASS είπε τα εξής:**

**Το σωστό επάγγελμα για τον Νίκο είναι η κηπουρική.**

**Διαθέτει τις δεξιότητες για αυτό το επάγγελμα:**

**Του αρέσουν οι χειρω-νακτικές εργασίες.**

**Χρησιμοποιεί συσκευές.**

**Του αρέσει η εργασία στον κήπο.**

**Ξέρει να φροντίζει λουλούδια.**



Στη λίστα σου υπάρχουν διάφορα επαγγέλματα.

Σκέψου τα εξής:

Γνωρίζεις ανθρώπους,

που κάνουν αυτά τα επαγγέλματα;

Συζήτησε μαζί τους σχετικά με το επάγγελμα.

Ρώτησέ τους:

- Τι κάνετε στην εργασία σας;
- Τι πρέπει να γνωρίζει κανείς για το επάγγελμα.
- Ποιο πτυχίο χρειάζεται;
- Ποια εκπαίδευση/ κατάρτιση χρειάζεται;
- Ποιες δεξιότητες χρειάζονται;



**Συμβουλή του Νίκου:**

Γύρνα πίσω στις προηγούμενες σελίδες.

Πήγαινε στο κεφάλαιο «Η οικογένειά μου και οι φίλοι μου».

Ρίξε μια ματιά στα επαγγέλματα.

Ίσως εξασκεί ένας φίλος σου αυτό το επάγγελμα.

Γράψε τα ακόλουθα:

Θα ήθελες να εξασκείς αυτό το επάγγελμα;

Ναι Όχι

Εάν επέλεξες το «Όχι»,

γράψε τα ακόλουθα:

Γιατί **δεν** θέλεις να εξασκήσεις αυτό το επάγγελμα:

---

---

Εάν επέλεξες το «Ναι»,

απάντησε σε αυτές τις ερωτήσεις:

Έχεις το σωστό πιστοποιητικό/ πτυχίο για αυτό το επάγγελμα;

Ναι Όχι

Έχεις τη σωστή εκπαίδευση/ κατάρτιση;

Ναι Όχι

Τι χρειάζεσαι για αυτό το επάγγελμα;

---

---

---

Τι πρέπει να μάθεις ακόμη;

---

---

---

Σε τι πρέπει να γίνεις καλύτερος/καλύτερη;

---

---

---

Τι πρέπει να κάνεις για αυτό;

---

---

---



**Ο Νίκος θέλει να γίνει κηπουρός.**

**Ο Νίκος γνωρίζει τα εξής:**

**Πρέπει να εκ-παιδευτεί.**

**Επίσης, ξέρει τα εξής:**

**Πρέπει να υποβάλει αίτηση για μια θέση εκ-παίδευσης.**

**Δεν γνωρίζει τα εξής:**

**Πώς γίνεται η αίτηση;**

**Για αυτόν το λόγο, θα μάθει τώρα τα εξής:**

**Τρόπος σύνταξης αιτήσεων.**

# Οι στόχοι μου

**Σε αυτό το κεφάλαιο:**

**Θα φτιάξεις ένα πλάνο.**

**Το πλάνο θα σε βοηθήσει να πετύχεις τους στόχους σου.**

## Οι στόχοι μου

Τώρα γνωρίζεις τα εξής:

Τι μπορείς να κάνεις.

Ξέρεις τις δεξιότητές σου.

Γνωρίζεις:

Ποια εκπαίδευση/κατάρτιση θέλεις να ολοκληρώσεις.

Ή ποιο επάγγελμα θέλεις να εξασκήσεις.

Αυτός είναι ο στόχος σου.

κηπουρός



Γνωρίζεις, επίσης, ότι:

Πρέπει να κάνεις πράγματα

για να πετύχεις τον στόχο σου.

- Πρέπει να οργανωθείς.
- Πρέπει να μάθεις.
- ...

Για αυτόν τον λόγο, πρέπει να φτιάξεις ένα πλάνο:

- Τι θέλεις να κάνεις πρώτα;
- Τι θα κάνεις μετά;

Ο Τόνι πιστεύει ότι του αρέσει να είναι κηπουρός.

## Άσκηση 20

Μάζεψε τις εξής πληροφορίες:

Τι χρειάζεσαι για αυτήν την εκ-παίδευση/κατάρτιση;

Τι χρειάζεσαι για αυτό το επάγγελμα;

Μπορεί να είναι διαφορετικά πράγματα:

- Ένα ποδήλατο για να πηγαίνεις στη δουλειά.
- Ρούχα/στολή εργασίας
- Φωτογραφίες για την υποβολή αίτησης
- ...

**Ο Νίκος πρέπει να συντάξει τις αιτήσεις στον υπολογιστή.**

**Στη συνέχεια, πρέπει να εκ-τυπώσει τις αιτήσεις.**

**Ο Νίκος έχει υπολογιστή.**

**Ξέρει να γράφει στον υπολογιστή.**

**Αυτό που του λείπει, είναι ένας εκ-τυπωτής.**

**Για αυτόν τον λόγο, ο Νίκος χρειάζεται έναν εκ-τυπωτή.**



Μάζεψε τις εξής πληροφορίες:

Τι χρειάζεσαι για αυτήν την εκ-παίδευση/κατάρτιση;

Τι χρειάζεσαι για αυτό το επάγγελμα;

---



---



---



## Άσκηση 21

Αποφάσισε τα εξής:

Τι θα κάνεις και πότε θα το κάνεις;

Γράψε:

Τα πράγματα που θα κάνεις.

Γράψε, επίσης:

Τα άτομα που μπορούν να σε βοηθήσουν.

Πότε θα κάνω τι;	Τι θα κάνω	Αυτός ο άνθρωπος θα με βοηθάει
Την επόμενη εβδομάδα θα κάνω τα εξής:		
Τον επόμενο μήνα θα κάνω τα εξής:		
Σε δύο μήνες θα κάνω τα εξής:		
Σε τρεις μήνες θα κάνω τα εξής:		

**Καλή επιτυχία!**

# Νίκος – ο βοηθός σου για το ProfIPASS

Ο Νίκος είναι 21 ετών.

Ο Νίκος θέλει να γίνει κηπουρός.

Ή, ο Νίκος θέλει να εργαστεί σε ένα ανθο-πωλείο.

Ο Νίκος ολοκλήρωσε, επίσης, το ProfIPASS.

## Νίκος – ο βοηθός σου για το ProfilPASS



Ο Νίκος δίνει πολλές συμβουλές.  
Ο Νίκος σου δείχνει:  
Πώς απάντησε στις ερωτήσεις.  
Οι απαντήσεις του είναι παραδείγματα.  
Σκοπός των παραδειγμάτων είναι  
να σε βοηθήσουν  
να απαντήσεις στις ερωτήσεις.

### **Κεφάλαιο: Ποιος είμαι/Ποια είμαι**

Σε αυτό το κεφάλαιο συγκεντρώνεις τα γνω-ρίσματά σου.

Ο Νίκος θεώρησε εύκολη αυτήν την άσκηση.

Σκέφτηκε τα εξής:

«Ποια χαρακτηριστικά μου αρέσουν στους άλλους;

Όταν λένε οι άλλοι:

Κλασικός Νίκος.

Αυτά είναι τα γνω-ρίσματά μου.»

Έβαλε Χ στα πεδία:

Έχω υπομονή.

Είμαι επιμελής.

Είμαι αυτό-νομος/Είμαι αυτό-νομη.

Είμαι οργανωτικός/Είμαι οργανωτική.

Μου αρέσει να δοκιμάζω νέα πράγματα.

Μπορώ να συγκεντρώνομαι για πολύ ώρα.

Είμαι καλός/Είμαι καλή στη χρήση εργα-λείων.

Μου αρέσουν τα φυτά.

Μου αρέσει να είμαι μόνος/μόνη.

Ο Νίκος ρώτησε τον δάσκαλό του:

«Τι σας αρέσει σε εμένα;»

Τι είναι κλασικό για εμένα;

Ποια είναι τα γνω-ρίσματά μου;»

Ο δάσκαλος έβαλε Χ στα εξής:

Ο Νίκος έχει υπομονή.

Ο Νίκος είναι επιμελής.

Ο Νίκος είναι τακτικός.

Ο Νίκος είναι αυτό-νομος.

Ο Νίκος θυμάται εύκολα.

Ο Νίκος χαίρεται να δοκιμάζει νέα πράγματα.

Ο Νίκος είναι καλός στη χρήση εργα-λείων.

Ο Νίκος αγαπάει τα φυτά.

**Κεφάλαιο: Η οικογένειά μου και οι φίλοι μου**

Ο Νίκος δημιούργησε μια λίστα.

Η λίστα έχει τα εξής:

Τα ονόματα των ανθρώπων που γνωρίζει καλά.

Τα επαγγέλματα αυτών των ανθρώπων.

Τα καθήκοντα κάθε ανθρώπου σε αυτά τα επαγγέλματα.

Όνομα	Επάγγελμα	Καθήκοντα των ανθρώπων στο επάγγελμα
Μαρία	Δακτυλο-γράφος	Πληκτρο-λόγηση στον υπολογιστή, τηλεφωνικές κλήσεις
Αντρέας	Μπογιατζής	Βάφει τοίχους, αναμειγνύει χρώματα
Γιώργος	Βοηθός μάγειρα	Μαγειρεύει, τεμαχίζει λαχανικά, πλένει, συμ-μαζεύει, καθαρίζει

Ο Νίκος απάντησε επίσης στις ερωτήσεις:

Αυτές είναι οι απαντήσεις του Νίκου:

**Ποια επαγγέλματα σου αρέσουν;**

Μπογιατζής

Βοηθός μάγειρα

**Γιατί σου αρέσουν αυτά τα επαγγέλματα;**

Χειρωνακτική εργασία

Εργασία μόνος

Τα αποτελέσματα της εργασίας είναι ορατά στο τέλος της ημέρας

**Είσαι καλός/Είσαι καλή σε αυτά που κάνουν οι άνθρωποι σε αυτά τα επαγγέλματα;**

Ναι  Όχι

**Τι πρέπει να μάθεις ακόμη για αυτά τα επαγγέλματα;**

Ζωγραφική

Ανάμειξη χρωμάτων

Μαγείρεμα

**Θέλεις να κάνεις άλλο επάγγελμα;**

Ναι  Όχι

**Ποιο είναι το επάγγελμα που θέλεις να εξασκήσεις;**

Κηπουρός

Υπάλληλος σε ανθο-πωλείο

**Τι σου αρέσει σε αυτά τα επαγγέλματα;**

Εργασία σε εξωτερικό χώρο

Χειρωνακτική εργασία

Εργασία με φυτά

Εργασία με ησυχία

Μπορώ να δημιουργώ όμορφα πράγματα

Βλέπω τα αποτελέσματα της δουλειάς στο τέλος της ημέρας

**Τι κάνουν οι άνθρωποι σε αυτά τα επαγγέλματα;**

Φύτεμα λουλουδιών

Κλάδεμα φραχτών

Κούρεμα γκαζόν

Πότισμα

Λίπανση

**Τι ξέρεις ήδη να κάνεις  
ώστε να εξασκήσεις αυτό το επάγγελμα;**

Φύτεμα λουλουδιών

Κλάδεμα φραχτών

Πότισμα

**Τι πρέπει να μάθεις ακόμη  
ώστε να εξασκήσεις αυτό το επάγγελμα;**

Λίπανση

Κούρεμα γκαζόν

Φροντίδα οπωρο-φόρων δέντρων

**Κεφάλαιο: Η ημέρα μου****Έτσι είναι μια συνηθισμένη μέρα του Νίκου:**

Ώρα	Τι κάνω	Καθήκοντα	Τι έμαθα	Πόσο καλά το κάνω
7:00	Πρωινό	Φτιάξιμο καφέ	Χρησιμοποιώ συσκευές.	
8:00	Εργαστήριο	Κλάδεμα φραχτών	Έμαθα να χρησιμοποιώ κηπουρικά εργαλεία.	
		Ξεχορτά-ριασμα	Ξεχωρίζω φυτά.	
17:00	Εργασίες στο σπίτι	Φύτεμα λουλουδιών στο μπαλκόνι	Φροντίζω φυτά.	
		Συμ-μάζεμα δωματίου	Διατηρώ το σπίτι σε τάξη.	
19:00	Βραδινό	Στρώσιμο τραπεζιού	Ξέρω πού βρίσκονται τα μαχαιροπίρουνα.	
		Πλύσιμο πιάτων Στέγνωμα πιάτων	Πλένω σχολαστικά τα πιάτα.	
20:00	Υπολογιστής	Παιχνίδια στον υπολογιστή Ανάγνωση οδηγιών	Έμαθα να χρησιμοποιώ τον υπολογιστή.	

**Αυτές είναι οι δεξιότητες του Νίκου:**

Χρήση συσκευών

Διάκριση φυτών

Εργασία στον υπολογιστή

**Αυτά είναι τα σωστά επαγγέλματα βάσει των δεξιοτήτων του Νίκου:**

Κηπουρός

Υπάλληλος σε ανθο-πωλείο

**Ο Νίκος βρίσκει αυτά τα επαγγέλματα ενδιαφέροντα.****Ο Νίκος θέλει να εξασκήσει αυτά τα επαγγέλματα.**



### **Κεφάλαιο: Η εργασία μου στο σπίτι**

**Αυτές είναι οι εργασίες του Νίκου στο σπίτι:**

- Φτιάχνει πρωινό.
- Φτιάχνει καφέ.
- Φροντίζει τα λουλούδια στο μπαλκόνι.
- Συμ-μαζεύει το δωμάτιό του.

**Δεξιότητες του Νίκου:**

- Χρησιμοποιεί συσκευές.
- Ξεχωρίζει τα φυτά.
- Φροντίζει τα φυτά.

### **Κεφάλαιο: Τα χόμπι μου**

**Αυτά είναι τα χόμπι του Νίκου:**

- Του Νίκου του αρέσουν τα παιχνίδια υπολογιστή.
- Του Νίκου του αρέσει να φροντίζει τα λουλούδια στο μπαλκόνι.
- Του Νίκου του αρέσουν οι χειρο-τεχνίες.

**Δεξιότητες του Νίκου:**

- Ο Νίκος ξέρει να χρησιμοποιεί τον υπολογιστή.
- Ο Νίκος ξέρει να ξεχωρίζει φυτά.
- Ο Νίκος ξέρει να φροντίζει φυτά.
- Ο Νίκος είναι καλός στις χειρο-νακτικές εργασίες.

**Κεφάλαιο: Το σχολείο μου**

Του Νίκου του άρεσε να πηγαίνει στο σχολείο.

Του Νίκου του άρεσαν τα εξής:

- Οι συμμαθητές
- Το παιχνίδι στα διαλείμματα
- Το φύτεμα λουλουδιών στο χωράφι μπροστά από το σχολείο

Του Νίκου δεν του άρεσαν τα εξής:

- Τα μαθηματικά
- Η παραμονή στην ίδια θέση για πολύ ώρα

**Κεφάλαιο: Τι μπορώ να κάνω**

Αυτή είναι η λίστα του Νίκου με τις δεξιότητές του:

Κεφάλαιο	Οι δεξιότητές μου
<b>Η ημέρα μου</b>	Χρήση συσκευών Διάκριση φυτών Εργασία στον υπολογιστή
<b>Η εργασίες μου στο σπίτι</b>	Σωστή φροντίδα λουλουδιών Επισκευή συσκευών
<b>Τα χόμπι μου</b>	Φροντίδα φυτών
<b>Το σχολείο μου</b>	Προσδιορισμός πραγμάτων Περιγραφή πραγμάτων Αξιο-λόγηση πραγμάτων
<b>Η εκ-παίδευσή μου/ Η κατάρτισή μου</b>	Σωστή χρήση συσκευών εργασίας Δημιουργία ανθο-δεσμών
<b>Η εργασία μου</b>	Διάκριση φυτών Σωστή φροντίδα φυτών

**Ο Νίκος σκέφτηκε τα ακόλουθα μαζί με τον σύμβουλο ProfiPASS:**

**Ο Νίκος θέλει να γίνει κηπουρός.**

**Αυτοί είναι οι λόγοι:**

**Τι λέει ο Νίκος:**

**«Μου αρέσει να βρίσκομαι σε εξωτερικούς χώρους.**

**Μου αρέσουν οι χειρωνακτικές εργασίες.**

**Χρησιμοποιώ συσκευές.**

**Μου αρέσει η εργασία στον κήπο.**

**Μου αρέσει να φροντίζω λουλούδια.»**

**Ο Νίκος γνωρίζει ότι:**

**Πρέπει να εκ-παιδευτεί,**

**για να εργαστεί ως κηπουρός.**

**Κεφάλαιο: Οι στόχοι μου**

**Ο Νίκος θέλει να γίνει κηπουρός.**

**Για τη δουλειά του κηπουρού πρέπει να εκ-παιδευτεί.**

**Αυτό σημαίνει ότι:**

**Ο Νίκος πρέπει να μάθει το επάγγελμα.**

**Ο Νίκος πρέπει να εκ-παιδευτεί.**

**Ο Νίκος γνωρίζει τα εξής:**

**Πρέπει να υποβάλει αίτηση.**

**Τι δεν γνωρίζει: Πώς γίνεται η αίτηση.**

**Για αυτόν το λόγο, θα μάθει τώρα:**

**Τρόπος σύνταξης αιτήσεων.**

Ο Νίκος πρέπει να συντάξει τις αιτήσεις στον υπολογιστή.

Στη συνέχεια, πρέπει να εκ-τυπώσει τις αιτήσεις.

Ο Νίκος έχει υπολογιστή.

Ο Νίκος ξέρει να γράφει στον υπολογιστή.

Αυτό που του λείπει, είναι ένας εκ-τυπωτής.

Για αυτόν τον λόγο, ο Νίκος **δεν** μπορεί να εκ-τυπώσει.

Οπότε, ο Νίκος χρειάζεται έναν εκ-τυπωτή.

Πότε θα κάνω τι;	Τι θα κάνω	Αυτός ο άνθρωπος θα με βοηθάει
Την επόμενη εβδομάδα θα κάνω τα εξής:	Σεμινάριο: Τρόπος υποβολής αιτήσεων	Σύμβουλος ProfilPASS
Σε 2 εβδομάδες θα κάνω τα εξής:	Αγορά εκ-τυπωτή	Η φίλη μου η Μαρία
Τον επόμενο μήνα θα κάνω τα εξής:	Θα συντάξω αιτήσεις	Σύμβουλος ProfilPASS
Σε δύο μήνες θα κάνω τα εξής:		

# Πληροφορίες

**Αυτό το κεφάλαιο περιλαμβάνει πληροφορίες.**

**Οι πληροφορίες είναι για αυτά τα θέματα:**

- Μετεκ-παίδευση
- Εκ-παίδευση/Κατάρτιση
- Επιλογή επαγγέλματος

**Πληροφορίες για ιστοσελίδες.**

**Ή για φυλλάδια.**

## Πληροφορίες

### **Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας Χωρίς Όρια και Καριέρα Χωρίς Περιορισμούς**

Ιστότοπος με στοιχεία προσβασιμότητας που παρέχει ατομική, ομαδική και επαγγελματική συμβουλευτική

Διαδικτυακές υπηρεσίες:

<https://careersign.gr/>

### **Σύμβουλοι Απασχόλησης EURES**

Ιστότοπος με πληροφορίες σχετικά με τους συμβούλους απασχόλησης EURES

Σελίδα πληροφοριών:

<http://www.oaed.gr/consultants-eures>

### **Ημέρες Καριέρας για Άτομα με Αναπηρίες**

Ιστότοπος για την προώθηση τις ημέρες καριέρας για άτομα με Αναπηρίες

Σελίδα πληροφοριών:

<https://careerfair4all.com/>

### **Η πλατφόρμα GIVE & FUND**

Πλατφόρμα συγκέντρωσης χρηματικών πόρων για άτομα και οργανισμούς που στηρίζουν άτομα με αναπηρίες ώστε να κάνουν τα όνειρά τους πραγματικότητα

Η διαδικτυακή πλατφόρμα:

<https://www.giveandfund.com/giveandfund/homepage>

## **Νόησις**

Ο ιστότοπος αυτός λειτουργεί ως ένας Οδηγός Εκπαιδευτικών Υπηρεσιών και Πληροφοριών σχετικά με Οργανισμούς που ασχολούνται με τη στήριξη ατόμων με διανοητικές αναπηρίες και άλλες αναπτυξιακές δυσκολίες

Διαδικτυακές Υπηρεσίες:

[www.noesi.gr](http://www.noesi.gr)

## **ΕΣΑΜΕΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ**

Σειρά εκδόσεων που προέκυψαν από σεμινάρια σε εκπροσώπους ατόμων με ειδικές ανάγκες σχετικά με θέματα πάνω στην κοινωνία και την εργασία

Διαδικτυακό αποθετήριο:

<https://www.esamea.gr/projects-tenders/national-projects/2979-praksi-programmata-dia-bioy-ekpaideysis-gia-tin-anapiria-a-p-7-8-9-toy-e-p-ekpaideysi-kai-dia-bioy-mathisi>

## **Εκπαίδευση και Επαγγελματική Κατάρτιση για Άτομα με Αναπηρίες (Κ.Ε.Κ.Α.ΜΕ.Α)**

Λίστα διαθέσιμων μαθημάτων Επαγγελματικής Κατάρτισης και Μαθητείας για άτομα με αναπηρίες σε σχολές του ΟΑΕΔ σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη

Σελίδα Πληροφοριών:

<http://www.oaed.gr/kek-amea-matheteia>

### **Ενημερωτικό φυλλάδιο για τα προγράμματα κατάρτισης του ΚΕΚ ΑΜΕΑ ΑΘΗΝΑΣ**

Φυλλάδιο σχετικά με τρέχοντα μαθήματα Επαγγελματικής Κατάρτισης και Μαθητείας για άτομα με αναπηρίες

Φυλλάδιο σε μορφή pdf:

<https://www.omke.gr/wp-content/uploads/Prosklisi-sxoli-amea.pdf>

### **Ειδικά Εργαστήρια Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ιστότοπος του ΕΟΠΕΕΠ (ΕΕΕΚ)**

#### **ΕΝΩΣΗ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ**

Σεμινάρια Δια Βίου Μάθησης για άτομα με αναπηρίες

Πληροφορίες σχετικά με τα σεμινάρια:

<https://gadt.gr/seminars/>

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

#### **Ο Σεβασμός κάνει τη διαφορά**

Οδηγός Ίσης Μεταχείρισης (Εγχειρίδιο για Δημοσίους Υπαλλήλους)

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

[https://www.synigoros.gr/resources/im\\_odigos\\_web\\_o\\_sevasmos\\_kanei\\_ti\\_diafora\\_gr.pdf](https://www.synigoros.gr/resources/im_odigos_web_o_sevasmos_kanei_ti_diafora_gr.pdf)

#### **Οδηγός δικαιωμάτων & παροχών για ευάλωτες ομάδες**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

<https://www.synigoros-solidarity.gr/solidarity/assets/uploads/2016/02/odigos-dikaiwmatwn-paroxwn-gia-eyalotes-omades-2015.pdf>



### **Πρακτικός οδηγός εργασιακών θεμάτων**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

[ergasiaka-gr.net](http://ergasiaka-gr.net)

website

### **Οδηγίες για αντιμετώπιση των επιπτώσεων του κορωνοϊού σε εργασιακούς χώρους**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

<https://www.pio.gov.cy/coronavirus/>

### **Οδηγός για την στήριξη κοινωνικά ευπαθών ομάδων**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

<http://www.eddyppy.gr/sites/default/files/portfolio/AMEA.pdf>

### **Εγχειρίδιο σε θέματα διάκρισης και εύλογων προσαρμογών για εργαζόμενους με αναπηρία**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

[https://www.ekke.gr/ocd/wp-content/uploads/2014/01/esamea\\_manual.pdf](https://www.ekke.gr/ocd/wp-content/uploads/2014/01/esamea_manual.pdf)

### **ΟΔΗΓΟΣ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΗ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

[https://dasta.auth.gr/uploaded\\_files/635188154591417260.pdf](https://dasta.auth.gr/uploaded_files/635188154591417260.pdf)

### **Εργαλειοθήκη WorkAbility**

Έκδοση αναφορικά με νομικά θέματα εργασίας για άτομα με αναπηρίες

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

[workability.gr](http://workability.gr)

toolbox

**Σύγχρονες μορφές εργασιακής ένταξης των ατόμων με αναπηρία**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

[career.duth.gr labour issues](http://career.duth.gr/labour%20issues)

**Οδηγός σταδιοδρομίας για τους τελειόφοιτους  
και απόφοιτους με αναπηρία**

Έκδοση διαθέσιμη σε μορφή pdf:

[career.tuc.gr](http://career.tuc.gr)

career

# Το έργο «ProfiPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα»

**Τι περιλαμβάνει αυτό το κεφάλαιο:**

**Ποιος είχε την ιδέα**

**για το «ProfiPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα»;**

**Ποιος δημιούργησε το «ProfiPASS χωρίς εμπόδια  
σε εύκολη γλώσσα»;**

**Γιατί υπάρχει**

**το «ProfiPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα»;**

## Το έργο «ProfiPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα»

Το ProfiPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα αποτελεί τμήμα ενός έργου.

Ένα έργο είναι μία εργασία.

Ένα έργο έχει στόχους.

Μόλις ολοκληρωθούν όλες οι εργασίες,

θα έχει επιτευχθεί ο στόχος.

Η ονομασία του έργου είναι COOCO.

Το COOCO αποτελεί αρκτικόλεξο.

Είναι συνδυασμός περισσότερων λέξεων.

Η πλήρης ονομασία είναι η ακόλουθη:

**CO**mpetence **O**riented **COU**ncelling for cognitively impaired persons.

Είναι στα Αγγλικά.

Προφέρεται ως εξής:

Κόμ-πετενς οριέν-τιντ κάνσελινγκ φορ κόγκνιτιβλι ιμ-πέιρντ πέρσονς.

Η μετάφραση είναι η ακόλουθη:

Συμβουλευτική βασιζόμενη σε δεξιότητες για άτομα με γνωστικές δυσλειτουργίες.

Αυτό σημαίνει:

Συμβουλευτική για άτομα με γνωστικές δυσλειτουργίες,

ώστε να αναγνωρίσουν τα δυνατά σημεία τους.

# ProfilPASS COOCOU

Σε αυτό το έργο συμμετέχουν έξι οργανισμοί.  
Οι έξι οργανισμοί δραστηριοποιούνται στον κλάδο της εκπαίδευσης.  
Βοηθούν τους ανθρώπους στην εκμάθηση.  
Για να έχουν όλοι δυνατότητα πρόσβασης παντού.

Οι έξι οργανισμοί έχουν έδρα σε διάφορες χώρες:

Γερμανία,  
Ελλάδα,  
Αυστρία,  
Σουηδία,  
Σλοβενία και  
Ισπανία.

Οι έξι αυτές χώρες είναι μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.  
Η συντομογραφία της Ευρωπαϊκής Ένωσης είναι ΕΕ.

Η ΕΕ ασκεί πολιτική για τους κατοίκους στην Ευρώπη.

Βοηθάει όλους τους ανθρώπους στην Ευρώπη.

Το ίδιο ισχύει για άτομα με αναπηρία.

Όπως και για άτομα με μαθησιακές δυσκολίες.

Ο στόχος της ΕΕ:

Τα άτομα με αναπηρία πρέπει να γνωρίζουν τις δεξιότητές τους.

Πρέπει να γνωρίζουν τα δυνατά σημεία τους.

Εάν γνωρίζουν τα δυνατά σημεία τους,

τότε μπορούν να βρουν ευκολότερα εργασία.

Μπορούν να μάθουν ένα επάγγελμα.

Μπορούν να εργαστούν.

Η ΕΕ χρηματο-δοτεί το ProfIPASS σε εύκολη γλώσσα.  
Η ΕΕ χρηματο-δοτεί επίσης άλλες δραστηριότητες του έργου:  
Για παράδειγμα, η ΕΕ χρηματο-δοτεί εκ-παιδεύσεις.  
Στις εκ-παιδεύσεις, οι σύμβουλοι μαθαίνουν  
να προσφέρουν καλύτερες υπηρεσίες στα άτομα με αναπηρία.

Το έργο βασίζεται στη σχετική νομοθεσία.  
Η νομική βάση είναι η σύμβαση του ΟΗΕ για τα δικαιώματα των ατόμων  
με αναπηρία.

Ο ΟΗΕ είναι μια οργάνωση 193 χωρών.  
Μια σύμβαση είναι ένα συμβόλαιο.  
Ο ΟΗΕ σύναψε ένα συμβόλαιο.  
Προσδιορίζονται τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία.  
Το συμβόλαιο έχει υπογραφεί από πολλές χώρες.  
Σε αυτές περιλαμβάνονται και πολλές χώρες της ΕΕ.  
Αυτό σημαίνει, ότι οι χώρες συμφωνούν με τους όρους του συμβολαίου.  
Αυτές οι χώρες προασπίζουν τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία.

Στη σύμβαση του ΟΗΕ ανα-γράφονται τα εξής:  
Κάθε άτομο έχει δικαίωμα εκ-μάθησης ενός επαγγέλματος.  
Κάθε άτομο έχει δικαίωμα άσκησης ενός επαγγέλματος.  
Το ίδιο ισχύει για άτομα με αναπηρία.

Το έργο COOCOU συμβάλλει στην υλοποίηση της σύμβασης του ΟΗΕ.  
Το COOCOU συμβάλλει στην αναγνώριση των δυνατών σημείων των ατόμων  
με αναπηρία.  
Συμβάλλει στην εκ-μάθηση ενός επαγγέλματος για τα άτομα με αναπηρία.  
Επίσης, συμβάλλει στην εύρεση δουλειάς.  
Με το ProfIPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα.

Οι έξι οργανισμοί COOCOU είναι οι ακόλουθοι:

Deutsches Institut für Erwachsenenbildung  
Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V.  
(Γερμανία) | [die-bonn.de](http://die-bonn.de)

die berater Unternehmensberatung GmbH  
(Αυστρία) | [dieberater.com](http://dieberater.com)

DAFNI KEK (Ελλάδα) | [kekdafni.gr](http://kekdafni.gr)

Andragoški zavod Ljudska univerza Velenje  
(Σλοβενία) | [lu-velenje.si](http://lu-velenje.si)

SwIdeas AB (Σουηδία) | [swideas.se](http://swideas.se)

Desarrollo para la Formación e Integración  
(Ισπανία) | [defoin.es](http://defoin.es)

Profil**PASS**  
COOCOU

**die** German Institute for  
Adult Education  
Leibniz Centre for  
Lifelong Learning

**die Berater**  
ZUKUNFT LERNEN

**ΔΑΦΝΗ ΚΕΚ**

ANDRAGOŠKI ZAVOD  
LJUDSKA UNIVERZA VELENJE

Swide 

**Defoin**  
Formación para el Desarrollo  
y la Inserción

## Πληροφορίες

### Σχεδίαση/ProfIPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα

Goran Jordanoski

Deutsches Institut für Erwachsenenbildung

Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V.

### Σύνταξη

Dr. Marion Steinbach | Steinbach PR

### Στοιχειοθέτηση/σελιδοποίηση

www.zersetzer.com |||| ||| freie grafik

### Εικονογράφηση

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,

Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.

1η εκτύπωση 2020

Download

Το ProfIPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα διατίθεται δωρεάν προς λήψη στη διεύθυνση

[https://coocou.profilpass-international.eu/index.php?article\\_id=143&clang=1](https://coocou.profilpass-international.eu/index.php?article_id=143&clang=1)



Επιτρέπεται ρητά η περαιτέρω χρήση ως OER: Εφόσον δεν αναγράφεται κάτι διαφορετικό, αυτό το έργο και το περιεχόμενό του υπόκεινται στην άδεια χρήσης CC BY-SA 4.0. Η ονομασία έχει ως εξής: «ProfIPASS χωρίς εμπόδια σε εύκολη γλώσσα» του Goran Jordanoski Deutsches Institut für Erwachsenenbildung, άδεια χρήσης: CC BY-SA 4.0.





## Erasmus+

Η έκδοση χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή μέσω του προγράμματος Erasmus+ (KA204 - Strategic Partnerships for adult education). Το έργο COOCOU χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Την ευθύνη για το περιεχόμενο τη φέρει ο συγγραφέας. Η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για την περαιτέρω χρήση του περιεχομένου.

Κωδικός έργου: 2019-1-DE02-KA204-006137

## ProfilPASS

Το ProfilPASS δημιουργήθηκε και δοκιμάστηκε στα πλαίσια του προγράμματος συνεργασίας «Πάσο διά βίου μάθησης με πιστοποίηση άτυπης εκπαίδευσης» ως μέρος του πιλοτικού προγράμματος «Διά βίου μάθηση».



German Institute for  
Adult Education

Leibniz Centre for  
Lifelong Learning