



**FIT FOR THE  
FUTURE**

# Περίπτωση Μελέτης - Obertament

**ΠΕ 2**

Δραστηριότητα 1 (Περιπτώσεις  
Μελέτης)

Αναπτύχθηκε από την Edensol | Οκτώβριος 2025



PROJECT NUMBER: 2024-1-FR01-KA220-VET-000244092



**Co-funded by  
the European Union**

## Κάρτα Περίπτωσης Μελέτης

---

<b>Όνομα/τίτλος της μελέτης περίπτωσης</b> <b>Όνομα οργανισμού/ιδρύματος:</b>	Obertament
<b>Τοποθεσία:</b>	Βαρκελώνη, Καταλονία, Ισπανία
<b>Μέγεθος και εμβέλεια της οργάνωσης:</b>	Το Obertament είναι μια σύμπραξη που συγκεντρώνει ένα ευρύ φάσμα φορέων, οργανισμών και ατόμων που ασχολούνται με την ψυχική υγεία, συμπεριλαμβανομένων φορέων του δημόσιου, του ιδιωτικού και του τριτογενούς τομέα.
<b>Κλάδος / Τομέας:</b>	Εκπαίδευση, Κατάρτιση
<b>Στοιχεία επικοινωνίας (για περαιτέρω επικοινωνία, εάν είναι διαθέσιμα):</b>	Ιστότοπος: <a href="https://obertament.org/">https://obertament.org/</a> Email: <a href="mailto:obertament@obertament.org">obertament@obertament.org</a> Τηλέφωνο: +34 931 12 37 17
<b>Επιπλέον πληροφορίες:</b>	Η Obertament έχει αναλάβει τη δέσμευση να καταπολεμήσει το στίγμα και τις διακρίσεις που συνδέονται με τα προβλήματα ψυχικής υγείας, προσπαθώντας να καθιερώσει τον διάλογο γύρω από την ψυχική υγεία και να βελτιώσει την ποιότητα ζωής των ατόμων που έχουν βιώσει προβλήματα ψυχικής υγείας.
<b>Πηγές πληροφοριών/Παραπομπές:</b>	Επίσημος ιστότοπος του Obertament: <a href="https://obertament.org/">https://obertament.org/</a> Εκθέσεις και μελέτες σχετικά με την ψυχική υγεία και το στίγμα: Coop57, SOM Salud Mental 360

## Δεδομένα / Περιεχόμενο της Περίπτωσης Μελέτης

<b>Η προκατάληψη που αναδεικνύεται σε αυτή την περίπτωση:</b>	Ψυχική Υγεία
<b>Πλαίσιο και χαρακτηριστικά της παρούσας προκατάληψης:</b>	Η «Obertament» είναι ένας βασικός οργανισμός στην καταπολέμηση του στιγματισμού στον τομέα της ψυχικής υγείας στην Καταλονία. Η «Obertament» εργάζεται για να αμφισβητήσει αυτές τις προκαταλήψεις και να προωθήσει μια πιο ρεαλιστική και σεβαστή άποψη για την ψυχική υγεία. Χρησιμοποιεί εκστρατείες ευαισθητοποίησης, προσωπικές μαρτυρίες και συνεργασίες με τα μέσα ενημέρωσης για να αλλάξει την αφήγηση σχετικά με την ψυχική υγεία. Η εκστρατεία «δείξε το πρόσωπό σου» είναι ένα παράδειγμα του τρόπου με τον οποίο δίνουν ορατότητα σε άτομα με αυτά τα προβλήματα.
<b>Γιατί αυτή η περίπτωση είναι σημαντική:</b>	Η «Obertament» ξεχωρίζει ως υποδειγματικό μοντέλο στην καταπολέμηση του στίγματος της ψυχικής υγείας, χάρη σε τρεις θεμελιώδεις πυλώνες: μια ολιστική προσέγγιση που αντιμετωπίζει το στίγμα σε όλες τις μορφές του, την ενεργό ενδυνάμωση των εμπλεκόμενων ατόμων και την απτή απόδειξη του αντίκτυπού της.
<b>Σχέδιο δράσης - μέθοδοι και στρατηγικές που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση της προκατάληψης:</b>	Η «Obertament» καταπολεμά το στίγμα της ψυχικής υγείας μέσω μιας πολυδιάστατης προσέγγισης. Αυτή περιλαμβάνει εκστρατείες ευαισθητοποίησης του κοινού, επαγγελματική κατάρτιση και προσβάσιμο εκπαιδευτικό υλικό. Προωθεί επίσης την προσωπική αφήγηση («Δείξε το πρόσωπό σου»), συνεργάζεται με ιδρύματα για αλλαγές πολιτικής, υποστηρίζει την ισότιμη πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη και υλοποιεί εξατομικευμένα τοπικά προγράμματα.
<b>Μετρήσιμα αποτελέσματα και αντίκτυπος:</b>	<p>Η «Obertament» έχει επιδείξει σημαντική επίδραση στην καταπολέμηση του στίγματος της ψυχικής υγείας στην Καταλονία, υποστηριζόμενη από ποσοτικά και ποιοτικά στοιχεία. Ο οργανισμός έχει υλοποιήσει με επιτυχία πολυάριθμα τοπικά έργα και έχει καθιερώσει στρατηγικές συνεργασίες με σημαντικούς φορείς.</p> <p>Ποσοτικά, η Obertament δεν περιορίζεται απλώς στην ευαισθητοποίηση ενός ευρέος κοινού μέσω εκστρατειών και εκπαιδευτικών εργαστηρίων και στην κατάρτιση πολυάριθμων ακτιβιστών.</p> <p>Το εύρος του έργου της αποδεικνύεται σαφώς από τα εκπαιδευτικά της προγράμματα: μόνο κατά τα ακαδημαϊκά έτη 2020-2021 και 2021-2022, το έργο της έφτασε σε συνολικά 5779 μαθητές και 439 εκπαιδευτικούς.</p> <p>Από ποιοτική άποψη, οι πρωτοβουλίες της έχουν αλλάξει θετικά την αντίληψη του κοινού για την ψυχική υγεία, έχουν δώσει φωνή στα άτομα που επηρεάζονται, έχουν βελτιώσει τις επαγγελματικές πρακτικές και έχουν παράσχει κρίσιμους πόρους, όπως οδηγούς για δημοσιογράφους. Επιπλέον, τα σχόλια από τα εκπαιδευτικά τους προγράμματα επιβεβαιώνουν την αποτελεσματικότητά τους:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Το 90% των κέντρων που συμμετείχαν πιστεύουν ότι οι μαθητές βελτίωσαν τις γνώσεις τους σχετικά με την ψυχική υγεία.</li> <li>• Το 80% των κέντρων θεωρεί ότι δημιουργήθηκαν ανοιχτοί χώροι για τους νέους να μιλήσουν για την ψυχική υγεία.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Η προσέγγιση των μαρτυριών αποδείχθηκε ιδιαίτερα αποτελεσματική, με το 90% των κέντρων να δίνουν τη μέγιστη βαθμολογία στην επίσκεψη του ομιλητή-μαρτυρά στην τάξη.</li></ul>
<b>Βασικά διδάγματα:</b>	<p>Ένα από τα πιο σημαντικά διδάγματα είναι πόσο κρίσιμο είναι να ενισχύσουμε τις φωνές όσων έχουν βιώσει προβλήματα ψυχικής υγείας. Οργανώσεις όπως η Obertament αποδεικνύουν ότι οι προσωπικές ιστορίες και οι θαρραλέοι εκπρόσωποι είναι εξαιρετικά αποτελεσματικοί στο να καταρρίπτουν τις προκαταλήψεις και να ομαλοποιούν τις συζητήσεις γύρω από την ψυχική υγεία. Αυτές οι άμεσες μαρτυρίες καλλιεργούν την ενσυναίσθηση και δείχνουν ξεκάθαρα ότι η ψυχική υγεία μας επηρεάζει όλους. Το κρίσιμο είναι ότι η επιτυχής καταπολέμηση του στίγματος δεν είναι έργο ενός μόνο φορέα. Εξαρτάται από την ικανότητα δημιουργίας ευρέων συμμαχιών και δικτύων. Η Obertament μας διδάσκει ότι με τη συμμετοχή δημόσιων, ιδιωτικών και τριτογενών οργανισμών, καθώς και ατόμων, μπορούμε να αντιμετωπίσουμε το στίγμα από πολλές οπτικές γωνίες, να προσεγγίσουμε ένα ευρύτερο κοινό και να επηρεάσουμε πραγματικά τις πολιτικές και τις πρακτικές.</p>
<b>Άλλες πληροφορίες/σημειώσεις:</b>	<p>Η περίπτωση προσφέρει πληροφορίες για μια καινοτόμο προσέγγιση, συγκεκριμένα τη χρήση μεθόδων αφήγησης ιστοριών, και φαίνεται να είναι αναπαράξιμη.</p>



# FIT FOR THE FUTURE

Scan for more



[fit4thefuture.eu](http://fit4thefuture.eu)



Co-funded by  
the European Union



Funded by the European Union. The views and opinions expressed are those of the author(s) and do not necessarily reflect those of the European Union or of Agence Erasmus+ France / Education Formation. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for this.