



Co-funded by  
the European Union



# ΜΑΝΙΦΈΣΤΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΈΜΗΣΗ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΊΑΣ ΤΩΝ ΝΈΩΝ

## “Το μέλλον ανήκει σε όσους τολμούν να προετοιμαστούν σήμερα”

Η ανεργία των νέων αποτελεί μια από τις πιο πιεστικές προκλήσεις της εποχής μας, αλλά είναι επίσης μια ευκαιρία για καινοτομία, ανάπτυξη και ηγεσία. Το παρόν Μανιφέστο είναι μια διακήρυξη ελπίδας και ένας οδηγός δράσης, σχεδιασμένο για κάθε νέο που είναι έτοιμος να ξεπεράσει τις αντιξοότητες και να χτίσει μια ικανοποιητική καριέρα.

Αυτό το Μανιφέστο αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ YANDA - Youth and Advocacy, από τρεις ομάδες νέων από την Ελλάδα, την Ιταλία και την Τουρκία, οι οποίοι αρχικά συμμετείχαν σε ένα ολοκληρωμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα και στη συνέχεια συνεργάστηκαν διαδικτυακά για να διαμορφώσουν αυτό το συλλογικό όραμα.

Μπροστά στην αβεβαιότητα, η ανθεκτικότητα, οι δεξιότητες και η προληπτική νοοτροπία μπορούν να μετατρέψουν τα εμπόδια σε σκαλοπάτια. Κατακτώντας βασικές δεξιότητες, χρησιμοποιώντας τα σωστά εργαλεία και κάνοντας στρατηγικά βήματα, μπορείτε να διαμορφώσετε το δικό σας πεπρωμένο. Αφήστε αυτό το μανιφέστο να αποτελέσει τον οδικό σας χάρτη προς την επιτυχία. Μαζί, μπορούμε να μεταμορφώσουμε την αγορά εργασίας και να δημιουργήσουμε ευκαιρίες - όχι μόνο για εμάς, αλλά και για τις μελλοντικές γενιές.

## Διαβάστε, δράστε και εμπνευστείτε. Το ταξίδι αρχίζει τώρα!

Το παρόν μανιφέστο εκπονήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ YANDA - Youth and Advocacy από:

NEOPALYUM

ΦΙΕ Εναλλακτικό  
τεχνολογείο  
iγάρτ

SE studio  
saperessere

### ΔΕΞΙΌΤΗΤΕΣ

Οι **δεξιότητες** σας επιτρέπουν να εκτελείτε καθήκοντα με επάρκεια



### ΕΡΓΑΛΕΙΑ

Τα **εργαλεία** ενισχύουν τις ικανότητές σας, καθιστώντας σας πιο αποτελεσματικούς και εμπνευσμένους



### ΣΧΈΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ

Ένα **σχέδιο δράσης** διασφαλίζει τις προσπάθειες ανάπτυξης της σταδιοδρομίας σας



ΟΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ, ΤΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΕΙΝΑΙ ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ!

## ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Οι δεξιότητες σας επιτρέπουν να εκτελείτε καθήκοντα με επάρκεια



01

**ΚΡΙΤΙΚΗ ΣΚΕΨΗ ΚΑΙ ΕΠΪΛΥΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΆΤΩΝ:** ΙΚΑΝΌΤΗΤΑ ΑΝΆΛΥΣΗΣ ΚΑΤΑΣΤΆΣΕΩΝ, ΛΟΓΙΚΉΣ ΣΚΈΨΗΣ ΚΑΙ ΑΝΆΠΤΥΞΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΉΝ ΛΎΣΕΩΝ ΣΕ ΠΟΛΎΠΛΟΚΕΣ ΠΡΟΚΛΉΣΕΙΣ.

02

**ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΉ ΝΟΗΜΟΣΎΝΗ:** ΚΑΤΑΝΌΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΪΡΙΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΆΤΩΝ ΣΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΆΤΩΝ ΤΩΝ ΆΛΛΩΝ, ΠΡΟΆΓΟΝΤΑΣ ΚΑΛΎΤΕΡΕΣ ΣΧΈΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΊΑ.

03

**ΔΙΑΧΕΪΡΙΣΗ ΧΡΌΝΟΥ:** ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΉ ΟΡΓΆΝΩΣΗ ΚΑΙ ΙΕΡΆΡΧΗΣΗ ΚΑΘΗΚΌΝΤΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΎΤΕΡΗ ΔΥΝΑΤΉ ΑΞΙΟΠΌΙΗΣΗ ΤΟΥ ΧΡΌΝΟΥ ΣΑΣ, ΤΗ ΜΕΪΩΣΗ ΤΟΥ ΆΓΧΟΥΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΤΉΡΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΘΕΣΜΊΩΝ.

04

**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΈΣ ΚΑΙ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΈΣ ΔΕΞΙΌΤΗΤΕΣ:** ΙΣΧΥΡΈΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΈΣ ΙΚΑΝΌΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΕΚΦΡΆΖΕΤΕ ΙΔΈΕΣ ΜΕ ΣΑΦΉΝΕΙΑ ΚΑΙ ΝΑ ΣΥΝΕΡΓΆΖΕΣΤΕ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΆ ΜΕ ΆΛΛΟΥΣ, ΕΊΤΕ ΓΡΑΠΤΉΣ ΕΊΤΕ ΠΡΟΦΟΡΙΚΉΣ.

05

**ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΙΚΌΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΝΘΕΚΤΙΚΌΤΗΤΑ:** Η ΙΚΑΝΌΤΗΤΑ ΝΑ ΠΡΟΣΑΡΜΌΖΕΤΑΙ ΓΡΉΓΟΡΑ ΣΤΙΣ ΑΛΛΑΓΈΣ, ΝΑ ΜΑΘΆΙΝΕΙ ΑΠΌ ΤΙΣ ΑΠΟΤΥΧΊΕΣ ΚΑΙ ΝΑ ΠΑΡΑΜΈΝΕΙ ΕΠΙΚΕΝΤΡΩΜΈΝΟΣ ΣΤΟΥΣ ΣΤΌΧΟΥΣ ΤΟΥ ΠΑΡΆ ΤΙΣ ΠΡΟΚΛΉΣΕΙΣ.

ΟΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ, ΤΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΕΙΝΑΙ ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ!

## ΕΡΓΑΛΕΙΑ

Τα εργαλεία ενισχύουν τις ικανότητές σας, καθιστώντας σας πιο αποτελεσματικούς και εμπορεύσιμους



01

**ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΤΗΤΑΣ:** ΚΑΤΑΚΤΗΣΤΕ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΤΗΤΑΣ ΟΠΩΣ ΤΟ MICROSOFT OFFICE Ή ΤΟ GOOGLE WORKSPACE ΓΙΑ ΝΑ ΒΕΛΤΙΩΣΕΤΕ ΤΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΓΓΡΑΦΩΝ, ΤΗ ΔΙΑΧΕΪΡΙΣΗ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΚΑΙ ΤΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ.

02

**ΠΛΑΤΦΟΡΜΕΣ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ:** ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΠΛΑΤΦΟΡΜΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΟΠΩΣ ΤΟ LINKEDIN, ΤΟ INDEED Ή ΤΟ URWORK ΓΙΑ ΝΑ ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΕΤΕ ΕΥΚΑΙΡΪΕΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ, ΝΑ ΔΙΚΤΥΩΘΕΪΤΕ ΜΕ ΕΡΓΟΔΟΤΕΣ ΚΑΙ ΝΑ ΔΙΑΧΕΪΡΙΣΤΕΪΤΕ ΤΙΣ ΑΙΤΗΣΕΙΣ.

03

**ΠΛΑΤΦΟΡΜΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ:** ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΤΕ ΤΑ ΜΈΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ ΠΡΟΒΟΛΗ, ΤΗΝ ΑΝΆΔΕΙΞΗ ΤΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΣΑΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΣΑΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗ.

04

**ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΎ ΓΡΑΦΙΚΩΝ:** ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΠΛΑΤΦΟΡΜΕΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΎ ΟΠΩΣ ΤΟ CANVA Ή ΤΟ PHOTOSHOP ΓΙΑ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΤΕ ΕΝΤΥΠΩΣΙΑΚΆ ΟΠΤΙΚΆ ΣΤΟΙΧΕΪΆ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ ΕΠΩΝΥΜΪΆ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΣΑΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΪΆ.

05

**ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ:** ΑΝΆΠΤΥΞΗ ΑΝΑΛΥΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΜΕ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΟΠΩΣ ΤΟ MICROSOFT EXCEL Ή ΤΟ GOOGLE SHEETS ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΟΡΓΆΝΩΣΗ, ΑΝΆΛΥΣΗ ΚΑΙ ΠΑΡΟΥΣΪΑΣΗ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ.

ΟΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ, ΤΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΕΙΝΑΙ ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ!

#### ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ

Ένα **σχέδιο δράσης** διασφαλίζει τις προσπάθειες ανάπτυξης της σταδιοδρομίας σας



**01** **ΕΓΓΡΑΦΕΪΤΕ ΣΕ ΛΈΣΧΕΣ ΑΓΓΛΌΦΩΝΩΝ:** ΣΥΜΜΕΤΈΧΕΤΕ ΣΕ ΛΈΣΧΕΣ ΠΟΥ ΕΣΤΊΑΖΟΥΝ ΣΕ ΔΊΑΦΟΡΑ ΘΈΜΑΤΑ ΓΙΑ ΝΑ ΒΕΛΤΊΩΣΕΤΕ ΤΙΣ ΠΡΑΚΤΊΚΈΣ ΔΕΞΊΟΤΗΤΕΣ ΕΠΊΚΟΙΝΩΝΊΑΣ ΚΑΙ ΝΑ ΣΥΝΔΕΘΈΙΤΕ ΜΕ ΑΓΓΛΌΦΩΝΟΥΣ.

**02** **ΠΡΌΣΒΑΣΗ ΣΕ ΝΟΜΊΚΉ ΥΠΟΣΤΉΡΙΞΗ ΓΙΑ ΕΠΊΧΕΙΡΗΜΑΤΊΕΣ:** ΥΠΟΣΤΉΡΙΞΗ ΟΡΓΑΝΙΣΜΌΝ ΠΟΥ ΒΟΗΘΌΥΝ ΤΟΥΣ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΌΥΣ ΦΟΙΤΗΤΈΣ ΜΕ ΝΟΜΊΚΉ ΚΑΘΟΔΉΓΗΣΗ, ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΈΝΩΝ ΤΩΝ ΦΟΡΟΛΟΓΊΚΩΝ ΑΠΑΛΛΑΓΊΩΝ ΓΙΑ ΝΈΕΣ ΕΠΊΧΕΙΡΉΣΕΙΣ.

**03** **ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΊΚΌΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΌΣ ΣΤΑ ΔΗΜΌΣΙΑ ΣΧΟΛΕΊΑ:** ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΈΙΤΕ ΜΕ ΣΧΟΛΕΊΑ ΓΙΑ ΝΑ ΒΟΗΘΉΣΕΤΕ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΈΣ ΝΑ ΕΞΕΡΕΥΝΉΣΟΥΝ ΤΑ ΕΝΔΙΑΦΈΡΟΝΤΑ ΚΑΙ ΤΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΆ ΤΟΥΣ, ΕΝΉ ΠΑΡΆΛΛΗΛΑ ΝΑ ΔΗΜΊΟΥΡΓΉΣΕΤΕ ΔΊΚΤΥΑ ΣΕ ΔΊΑΦΟΡΟΥΣ ΤΟΜΕΊΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΎΡΕΣΗ ΘΈΣΕΩΝ ΕΡΓΑΣΊΑΣ Ή ΠΡΑΚΤΊΚΉΣ ΆΣΚΗΣΗΣ.

**04** **ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΉΣΤΕ ΣΕΜΊΝΆΡΙΑ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΎΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΠΊΧΕΙΡΗΜΑΤΊΕΣ:** ΣΥΜΜΕΤΈΧΕΤΕ ΣΕ ΕΚΔΗΛΊΩΣΕΙΣ ΜΕ ΕΠΊΚΕΦΑΛΉΣ ΕΜΠΕΙΡΟΓΝΊΩΜΟΝΕΣ ΤΟΥ ΚΛΆΔΟΥ ΓΙΑ ΝΑ ΔΗΜΊΟΥΡΓΉΣΕΤΕ ΔΊΚΤΥΑ ΚΑΙ ΝΑ ΜΆΘΕΤΕ ΒΑΣΊΚΕΣ ΛΕΠΤΟΜΈΡΕΙΕΣ ΓΙΑ ΔΊΑΦΟΡΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ ΚΑΙ ΚΛΆΔΟΥΣ.

**05** **ΚΆΝΤΕ ΤΕΣΤ ΠΡΟΣΨΠΊΚΌΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΚΑΡΊΈΡΑΣ:** ΑΞΊΟΠΌΤΗΣΗ ΤΩΝ ΔΟΚΊΜΌΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΝΆΛΥΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΝΌΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΣΨΠΊΚΩΝ ΔΥΝΑΤΊΩΝ ΣΗΜΕΊΩΝ, ΤΩΝ ΠΡΟΤΊΜΉΣΕΩΝ ΣΤΑΔΊΟΔΡΟΜΊΑΣ ΚΑΙ ΤΗ ΔΙΑΣΦΆΛΊΣΗ ΤΗΣ ΕΥΘΥΓΡΆΜΜΊΣΗΣ ΜΕ ΤΙΣ ΕΥΚΑΊΡΊΕΣ ΑΠΑΣΧΌΛΗΣΗΣ.