



POSITIVE MENTAL HEALTH
FOR YOUNG ADULTS

Το έργο POSITIVE MENTAL HEALTH προτείνει να αναλύσει σε βάθος τον όρο FOMO (Fear of Missing Out - ο φόβος ότι μένεις απέξω).

Μάθηση, Διδασκαλία, Εκπαιδευτική Δραστηριότητα "Ανάλυση Θετικής Ψυχικής Υγείας"



Η εκαπαιδευτική δραστηριότητα έγινε στο Πόρτο (Πορτογαλία) σε υβριδική μορφή στις 25 με 27 του Γενάρη 2022. Οι συμμετέχοντες δοκίμασαν τις 4 ενότητες του Προγράμματος Κατάρτισης για Επαγγελματίες ΕΕΚ:

- Εργαλειοθήκη διαδραστικών πόρων (infographic)
 - Αντιμετώπιση της εκπαίδευσης για την ευαισθητοποίηση σχετικά με τον αντίκτυπο των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στην ψυχική υγεία
 - Εκπαιδευτές Ενηλίκων και Ψηφιακός Γραμματισμός
 - Εκπαίδευση ενηλίκων και ηλεκτρονική μάθηση
- Μέσω αυτής της εμπειρίας συλλέχθηκαν σχόλια για τη βελτίωση του Προγράμματος Κατάρτισης.

Αποτελέσματα της Εκπαιδευτικής Δραστηριότητας

Εργαλειοθήκη διαδραστικών πόρων

Αυτή η εργαλειοθήκη προσφέρει 12 γραφήματα πληροφοριών προώθηση της θετικής ψυχικής υγείας και ευημερίας, αντιμετωπίζοντας παράλληλα το FOMO. Οι ενήλικες μπορούν να έχουν πρόσβαση σε αυτά μέσω QR κωδικούς και σύντομα αυτά τα infographics θα διατίθενται στην ιστοσελίδα μας.

Πρόγραμμα Κατάρτισης

Αυτή η εκπαίδευση αναπτύχθηκε για να υποστηρίξει καθηγητές με συνεχή επαγγελματική ανάπτυξη όσον αφορά τον ψηφιακό γραμματισμό και τη νεανική δουλειά. Σύντομα αυτοί οι εκπαιδευτικοί πόροι θα είναι διαθέσιμοι στην ιστοσελίδα μας.

Επερχόμενα εργαλεία

Πρόγραμμα κατάρτισης από ομότιμους ειδικούς

Το εταιρικό σχήμα ετοιμάζει μια σειρά εργασιών για τους ομότιμους ειδικούς για την ανάπτυξη των δεξιοτήτων, των ικανοτήτων και της εμπιστοσύνης που απαιτούνται για την ενεργό αντιμετώπιση των επιπτώσεων του FOMO στην ψυχική υγεία.

Follow us on



@PositiveMentalHealthProject



<http://positivementalhealthforyou.org/adults.eu/>



ENOROSCONSULTING Ltd



FUNDACIÓN PASCUAL TOMAS

spectrum RESEARCH CENTRE

RightChallenge



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

Project Number: 2020-1-ES01-KA204-082053