



Das Projekt **POSITIVE MENTAL HEALTH FOR YOUNG ADULTS** schlägt vor, die Fear des Verpassens - FOMO.

**Lernen, Lehren, Training Aktivität**  
**"Positive psychische Gesundheit auspacken"**



Die LTTA wurde in Porto (Portugal) in einem hybriden Format zwischen dem 25. und 27. Januar 2022 statt. Die Teilnehmer testeten die 4 Module des Weiterbildungsprogramms für Berufsbildungsfachleute:

- Toolkit of Interactive Infographic Resources;
- Adressbildung zur Sensibilisierung für die Auswirkungen der sozialen Medien auf die psychische Gesundheit
- Erwachsenenbildner und digitale Kompetenz - die Entwicklung von digitalen Fähigkeiten in der Online-Umgebungen von Erwachsenenbildnern
- Erwachsenenbildung und E-Learning: die Bedeutung von E-Pädagogik-Fähigkeiten für das Gedeihen in einer zunehmend virtuellen Welt

## Ergebnisse der LTTA

### Toolkit der interaktiven Infografik Ressourcen

Dieses Toolkit bietet 12 Infografiken zur Förderung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens und zur Bekämpfung von FOMO. Junge Erwachsene können sie über QR Codes zugreifen und bald werden diese Infografiken auch auf unserer Website verfügbar sein.

### Berufsbegleitende Ausbildung für VET Fachkräfte

Diese Schulung wurde entwickelt, um die Tutoren bei der kontinuierlichen beruflichen Weiterbildung in Bezug auf digitale Kompetenz und Jugendarbeit zu unterstützen. Bald werden diese Schulungs Materialien auf unserer Website zur Verfügung Website verfügbar sein.

## Kommende Ressourcen

### Schulungsprogramm für Peer Leadership

Das Konsortium wird sich nun darauf konzentrieren die Durchführung von Workshops für Peer-Leader um die Fähigkeiten, Kompetenzen und das Selbstvertrauen zu entwickeln und Selbstvertrauen zu entwickeln, um aktiv die Auswirkungen von FOMO auf die psychische Gesundheit.

## Folgen uns auf:



@PositiveMentalHealthProject



<http://positivementalhealthforyoungadults.eu/>



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