



O projeto POSITIVE MENTAL HEALTH FOR YOUNG ADULTS propõe-se compreender o FOMO – Fear of Missing Out.

Learning, Teaching, Training Activity
"Being a Peer Leader"



A LTTA foi realizada na Virgínia (Irlanda) num formato híbrido entre 30 de Maio e 23 de Junho de 2022, acolhido pelo Spectrum Research Centre CLG. Os participantes testaram o Programa de Formação de Líderes de Pares, que visa desenvolver as capacidades, competências e confiança necessárias para abordar ativamente os impactos da FOMO na saúde mental, contribuindo para a melhoria destes recursos. Os líderes de pares tiveram acesso a experiências de networking, oradores convidados com quem debateram a saúde mental dos jovens, e boas práticas de cada país sobre o assunto.



O consórcio reuniu-se em Valência em Julho de 2022 para finalizar os resultados do projeto e preparar os Eventos Multiplicadores, que terão lugar em todos os países parceiros até ao final de Julho.

Resultados do Projeto

O projeto Positive Mental Health está a chegar à sua conclusão e em breve todos os resultados do projeto estarão disponíveis no **nosso website!** Estes incluem:

- 1) Toolkit de Infográficos Interativos:** 12 infográficos que promovem a saúde mental e o bem-estar positivo, enquanto lidam com a FOMO, que podem ser acedido pelos Jovens Adultos através de códigos QR.
- 2) Formação em serviço para Profissionais de Formação Profissional:** visa apoiar tutores no desenvolvimento profissional contínuo em matéria de literacia digital e trabalho com jovens.
- 3) Programa de Formação de Liderança de Pares:** visa assegurar que os líderes de pares sejam capazes de extrair o máximo benefício dos infográficos para apoiar os seus pares a reconhecer o impacto da FOMO e a agir como um elo de ligação entre os jovens e os educadores que os podem ajudar a ultrapassar as suas dificuldades.

Siga-nos em:



@PositiveMentalHealthProject



<http://positivementalhealthforyoungadults.eu/>



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

“O apoio da Comissão Europeia para a produção desta publicação não constitui um endosso do conteúdo, que reflete apenas a opinião dos autores, e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito da informação nela contida”. Número do Projeto: 2020-1-ES01-KA204-082053