



Το πρόγραμμα POSITIVE MENTAL HEALTH FOR YOUNG ADULTS προτείνει να «αποσυσκευάσει» το "FOMO" - φόβος να χάσεις κάτι.

Μαθησιακή, Διδακτική, Επιμορφωτική Δραστηριότητα «<Όντας ομότιμος ηγέτης>



Το LTTA πραγματοποιήθηκε στη Βιρτζίνια (Ιρλανδία) σε υβριδική μορφή μεταξύ 30 Μαΐου και 3 Ιουνίου 2022, με οικοδεσπότη το Spectrum Research Centre. Οι συμμετέχοντες δοκίμασαν το Πρόγραμμα Εκπαίδευσης Ηγεσίας Ομοτίμων, το οποίο στοχεύει στην ανάπτυξη των ικανοτήτων και της αυτοπεποίθησης που απαιτούνται για την ενεργό αντιμετώπιση των επιπτώσεων του FOMO στην ψυχική υγεία. Οι ομότιμοι ηγέτες είχαν πρόσβαση σε εμπειρίες δικτύωσης, προσκεκλημένοι ομιλητές που επικεντρώθηκαν στην ψυχική υγεία με τη νεολαία και τις βέλτιστες πρακτικές κάθε χώρας σχετικά με το θέμα.



Η κοινοπραξία συναντήθηκε στη Βαλένθια στις 5 Ιουλίου 2022 για να ολοκληρώσει όλα τα αποτελέσματα του έργου

Αποτελέσματα του προγράμματος

1) Εργαλειοθήκη διαδραστικών Infographic

12 ενημερωτικά γραφήματα που προωθούν τη θετική ψυχική υγεία και ευεξία, ενώ αντιμετωπίζουν το FOMO, στο οποίο μπορούν να έχουν πρόσβαση οι νέοι ενήλικες μέσω κωδικών QR.

2) **Ενδοϋπηρεσιακή Εκπαίδευση για Επαγγελματίες ΕΕΚ:** στοχεύει στην υποστήριξη των εκπαιδευτών με συνεχή επαγγελματική εξέλιξη όσον αφορά τον ψηφιακό γραμματισμό και την εργασία στον τομέα της νεολαίας.

3) **Πρόγραμμα κατάρτισης ηγεσίας από ομοτίμους:** έχει ως στόχο να διασφαλίσει ότι οι ηγέτες των ομοτίμων είναι σε θέση να αποκομίσουν το μέγιστο όφελος από τα γραφήματα για να υποστηρίξουν τους συνομηλικούς τους να αναγνωρίσουν τον αντίκτυπο του FOMO και να λειτουργήσουν ως σύνδεσμος μεταξύ των ψηφιακών ιθαγενών της GenZ που επηρεάζονται από το FOMO και των παρόχων υπηρεσιών.

Ακολουθήστε μας:



@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