Партнертнери:

Afeji Hauts-de-France — TOUTES LES VIES ONT LA MÊME VALEUR

KMOP EDUCATION HUB

Bashkia Shkodër

Społeczna Akademia Nauk — University of Social Sciences

Emphasys CENTRE

KMOP SKOPJE

Стапи во контакт:

@ holdon.erasmus@gmail.com

www.holdonproject.eu

@HOLDonPROJECT

@holdonproject

Co-funded by the European Union

Овој проект е финансиран со поддршка од Европската комисија. Оваа комуникација ги одразува само гледиштата на авторот и Комисијата не може да биде одговорна за каква било употреба што може да се направи на информациите содржани во неа.

Број на проект: 2022-2-FR02-KA220-YOU-0B6EBB79
ЕРАЗМУС+ КА2 СТРАТЕШКО ПАРТНЕРСТВО ВО СЕКТОРОТ ЗА МЛАДИ

ЗА ПРОЕКТОТ

Проектот „Hold On“ има за цел да одговори на зголемените предизвици со менталното здравје кај младите преку проширување на пристапот до **неформални услуги за ментално здравје** од не-медицинска природа.

Исто така, има за цел да го премости јазот во познавањето и да ги поттикне професионалците без медицински познавања да препознаат и да понудат неформална поддршка за проблемите со менталното здравје кај младите поединци.

www.holdonproject.eu

Hold on

Олеснување на пристапот на младите луѓе до поддршка за нивното ментално здравје

@holdonpeuproject

Е-курс

Сеопфатениот курс за самостојно учење ќе биде прилагоден на млади луѓе со кои имаар искуство во справување со сопствените предизвици за менталното здравје и/или млади кои покажуваат интерес за менталното здравје и унапредување на благосостојбата.

Овој курс ќе биде динамичен и интерактивен, вклучувајќи употреба на мултимедијални алатки, можности за соработка на учениците и давање повратни информации.

Учениците ќе имаат пристап до низа материјали, видеа, истражувачки теми, активности и проценки.

Некои од темите на курсот ќе бидат следните:

- Што е поддршка од врсници?
- Вовед во градење на отпорност и стратегии за справување
- Разбирање за нарушувањата на менталното здравје
- Идентификување знаци на предизвици за менталното здравје
- Како да се обезбеди емоционална поддршка
- Грижа за себе во процесот на поддршка на врсници

Курсот ќе биде достапен **БЕСПЛАТНО.**

“Континуираното учење е минималниот услов за успех на било кое поле”

- Брајан Трејси -