



IUNIE, 2023

YouHeal

Newsletter

Bun venit la newsletterul You heal!

Suntem bucuroși să te informăm că raportul cu privire la sănătatea mintală în rândul tinerilor este complet și disponibil pe site-ul proiectului!

<http://you-heal.eu/>

În raport poți găsi rezultatele cercetărilor privind sănătatea mintală în rândul tinerilor din România, Slovenia, Austria, Serbia și Grecia.

Principalele rezultate

Sentimentele de singurătate și de izolare au crescut în timpul epidemiei Covid-19; cu toate acestea, tinerii au dat dovadă de rezistență.

Unii tineri folosesc deja tehnici de îmbunătățire a sănătății mintale, cum ar fi yoga, mindfulness și meditația.

Cu toate acestea, alți tineri se confruntă cu obstacole în a derula astfel de aceste activități.

Proiectul YouHeal este aici pentru a-i sprijini.



Participă la următoarele activități ale proiectului!

Alătură-te altor tineri din România, Slovenia, Austria, Serbia și Grecia și participă la o mobilitate de tineret Erasmus+ de o săptămână, în Serbia, Sremski Karlovci, în perioada 29 octombrie - 4 noiembrie!

Împreună, tineri din cinci țări se vor implica în diverse activități distractive și educative și vor deprinde tehnici utile pentru a-și îmbunătăți sănătatea mintală.

Locurile sunt limitate! Dacă dorești să afli mai multe, te rugăm să răspunzi la acest e-mail.



Pentru mai multe informații, urmărește-ne în social media!