



JUNIJ, 2023

E-novice

Dobrodošli v E-novicah projekta YouHeal.

Z veseljem vam sporočamo, da je najnovejše poročilo o stanju duševnega zdravja končano in na voljo na spletni strani projekta!

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

V poročilu si lahko ogledate rezultate raziskave in dodatne dokumentacijske raziskave o duševnem zdravju v Romuniji, Sloveniji, Avstriji, Srbiji in Grčiji.

Glavne ugotovitve

Občutki osamljenosti in izoliranosti so se med epidemijo Covid-19 povečali, vendar so mladi pokazali odpornost.

Veliko mladih že uporablja tehnike za izboljšanje duševnega zdravja, kot so joga, čuječnost in meditacija.

Kljub temu se nekateri mladi pri koriščenju teh dejavnosti soočajo z ovirami.

Projekt YouHeal želi to spremeniti.



Sodelujte pri naslednjih korakih projekta!

Pridružite se mladim iz Romunije, Slovenije, Avstrije, Srbije in Grčije in se udeležite enotedenske mobilnosti Erasmus+, ki bo potekala od 29. oktobra do 4. novembra v Srbiji v Sremskih Karlovcih!

Mladi iz petih držav bodo sodelovali pri različnih zabavnih in izobraževalnih dejavnostih ter se naučili uporabnih tehnik za krepitev duševnega zdravja.

Število mest je omejeno! Če želite sodelovati, odgovorite na to e-poštno sporočilo.