

# Ενημερωτικό δελτίο 1

Οκτώβριος 2024



## Σχετικά με το έργο μας

Το Emerge Youth Project είναι μια πρωτοβουλία που χρηματοδοτείται από την ΕΕ και στοχεύει στην υποστήριξη των νέων στην **ανάπτυξη της ανθεκτικότητας και των δεξιοτήτων αντιμετώπισης, ιδίως όσον αφορά τη διαχείριση του άγχους.**

Σε συνεργασία με οργανισμούς σε όλη την Ευρώπη, το έργο επιδιώκει να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζουν οι νέοι σήμερα.



## Εναρκτήρια συνάντηση στη Γαλλία

Η εναρκτήρια συνάντηση για το έργο πραγματοποιήθηκε στο **Παρίσι της Γαλλίας τον Ιούνιο του 2024**, σηματοδοτώντας την επίσημη έναρξη των συλλογικών προσπαθειών.

Επιπλέον, όλοι οι εταίροι συμμετείχαν σε **πέντε διαδικτυακές συναντήσεις**, όπου συζητήσαν κρίσιμα στοιχεία της πρώιμης ανάπτυξης του έργου, καθιερώνοντας μια κοινή κατανόηση των στόχων, των χρονοδιαγραμμάτων και των ρόλων.



EMERGE YOUTH

Unlocking Potential, One Breath at a Time



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

# Ενημερωτικό δελτίο 1

Οκτώβριος 2024

## Αποτελέσματα του έργου

Το Emerge Youth Project στοχεύει να ενδυναμώσει τους νέους με την ευαισθητοποίηση σχετικά με τη διαχείριση του άγχους και την παροχή προσβάσιμων εργαλείων για τη διαχείριση των πιέσεων της ζωής.

Ένα εκπαιδευτικό πακέτο θα εξοπλίσει τους εκπαιδευτικούς με πόρους για να καθοδηγήσουν εργαστήρια και δραστηριότητες για τη διαχείριση του άγχους, ενσωματώνοντας αυτές τις δεξιότητες σε προγράμματα για τη νεολαία.

Μια εξατομικευμένη διαδικτυακή εφαρμογή θα προσφέρει στους νέους χρήστες εξατομικευμένη καθοδήγηση και πόρους, δημιουργώντας ένα βολικό σύστημα υποστήριξης που προάγει την ανθεκτικότητα και την ψυχική ευεξία.



## Εθνικές έρευνες

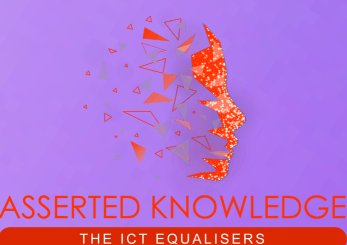
Σε κάθε χώρα εταίρο, διεξήχθη έρευνα για τη συγκέντρωση πληροφοριών σχετικά με τα επίπεδα άγχους και τις συγκεκριμένες προκλήσεις που σχετίζονται με το άγχος που αντιμετωπίζουν οι νέοι.

Αυτά τα δεδομένα θα μας βοηθήσουν να ενισχύσουμε την ανάπτυξη **στοχευμένων πόρων** και συστημάτων υποστήριξης στο πλαίσιο του έργου, διασφαλίζοντας ότι τα εργαλεία και οι στρατηγικές που παρέχονται είναι σχετικά και αποτελεσματικά για την αντιμετώπιση των πραγματικών αναγκών των νέων.



EMERGE YOUTH

Unlocking Potential, One Breath at a Time



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Project number: 2023-2-FR02-KA220-YOU-000175097

Σελίδα 2