



BENEFIT

NEWSLETTER

Outubro de 2024



O que há de novo?

Conferência nacional sobre resiliência e *mindfulness*

No âmbito do projeto europeu BENEFIT, a Mindshift realizou uma conferência no dia 17 de outubro dedicada à temática da resiliência e *mindfulness*. Este evento contou com 25 participantes, entre jovens, formadores, profissionais de juventude e consultores, assim como pessoas interessadas em saber mais acerca da promoção da resiliência e *mindfulness* nos jovens. Para além de uma exposição sumária dos objetivos e atividades do projeto, foram apresentados os seus resultados e dinamizado um debate sobre como as entidades presentes poderiam vir a utilizar estes recursos no seu trabalho diário com jovens.



Recursos formativos para profissionais de juventude disponíveis online!

É com grande prazer que anunciamos que os recursos formativos para profissionais de juventude já se encontram disponíveis na plataforma de e-learning do projeto BENEFIT!

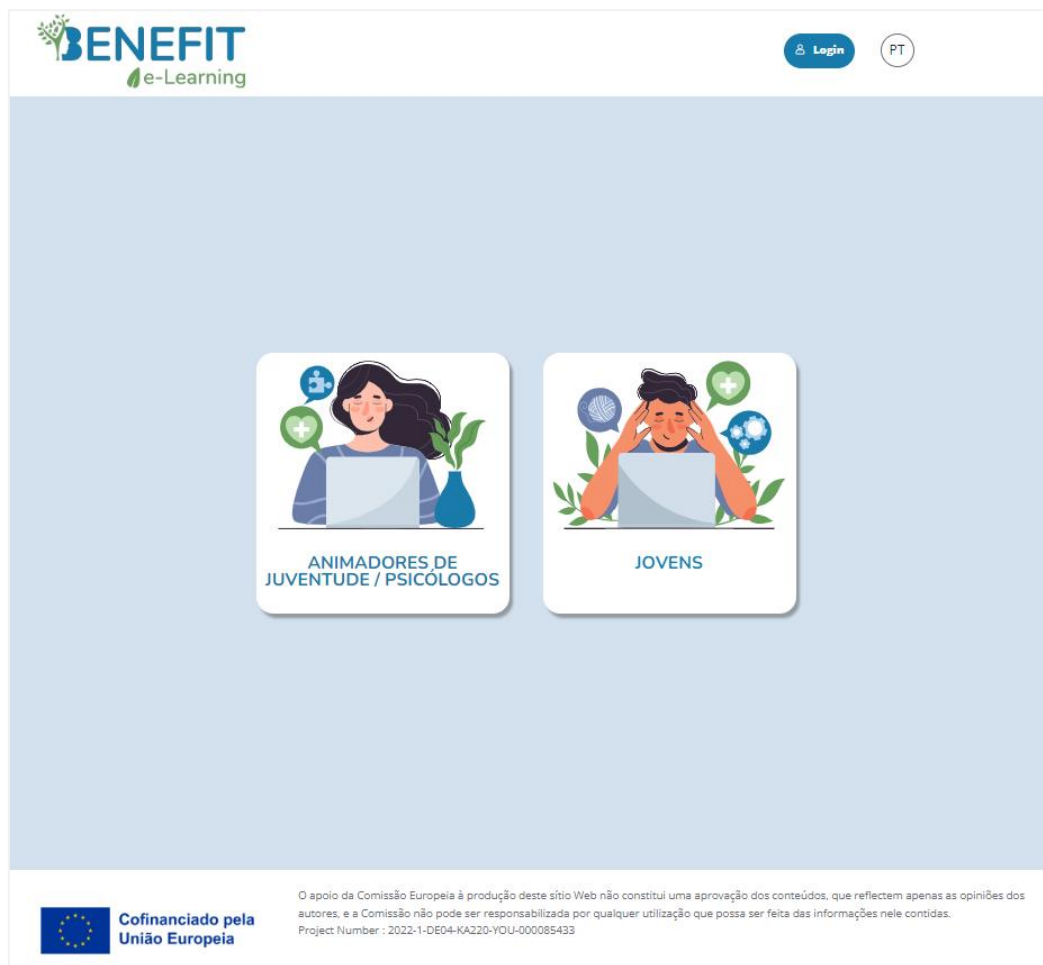
O seu principal objetivo é o de fornecer aos profissionais de juventude uma compreensão básica da importância da colaboração na abordagem de questões de saúde mental, uma visão geral dos recursos existentes e das redes de apoio, bem como conhecimentos práticos de técnicas para desenvolver a resiliência mental dos jovens.

Os recursos formativos estão repletos de informações teóricas e práticas que os profissionais de juventude poderão seguir e utilizar na informação e apoio aos jovens, visando aumentar a sua resiliência e saúde mental.

Os tópicos abrangidos pelos recursos formativos são os seguintes:

- Rumo ao bem-estar mental dos jovens
- Navegar no mundo digital: bem-estar digital dos jovens
- Juntos somos mais fortes: construir um sistema de apoio à saúde dos jovens

Na Plataforma de e-learning, poderá optar por entrar como profissional de juventude ou como jovem. Escolha a primeira opção para ter acesso aos recursos formativos. Poderá aceder à plataforma em elearning.benefitproject.org/pt.



The screenshot shows the BENEFIT e-Learning website. At the top left is the BENEFIT e-Learning logo. At the top right are 'Login' and 'PT' buttons. The main content area features two cards: 'ANIMADORES DE JUVENTUDE / PSICÓLOGOS' with an illustration of a woman at a laptop, and 'JOVENS' with an illustration of a man at a laptop. At the bottom left is the European Union flag and the text 'Cofinanciado pela União Europeia'. At the bottom right is a disclaimer in Portuguese: 'O apoio da Comissão Europeia à produção deste sítio Web não constitui uma aprovação dos conteúdos, que reflectem apenas as opiniões dos autores, e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita das informações nele contidas. Project Number : 2022-1-DE04-KA220-YOU-000085433'.

Estamos interessados na sua opinião!

Tem recomendações ou sugestões que nos ajudem a melhorar os recursos formativos para profissionais de juventude? Se sim, dê-nos a sua opinião! Pode contactar-nos através do nosso email mindshift.pbu@gmail.com.

Informações adicionais

As nossas redes sociais e dos parceiros

BENEFIT: www.facebook.com/benefiteuproject

Mindshift Talent Advisory, Portugal: www.facebook.com/mindshift.skills.hub

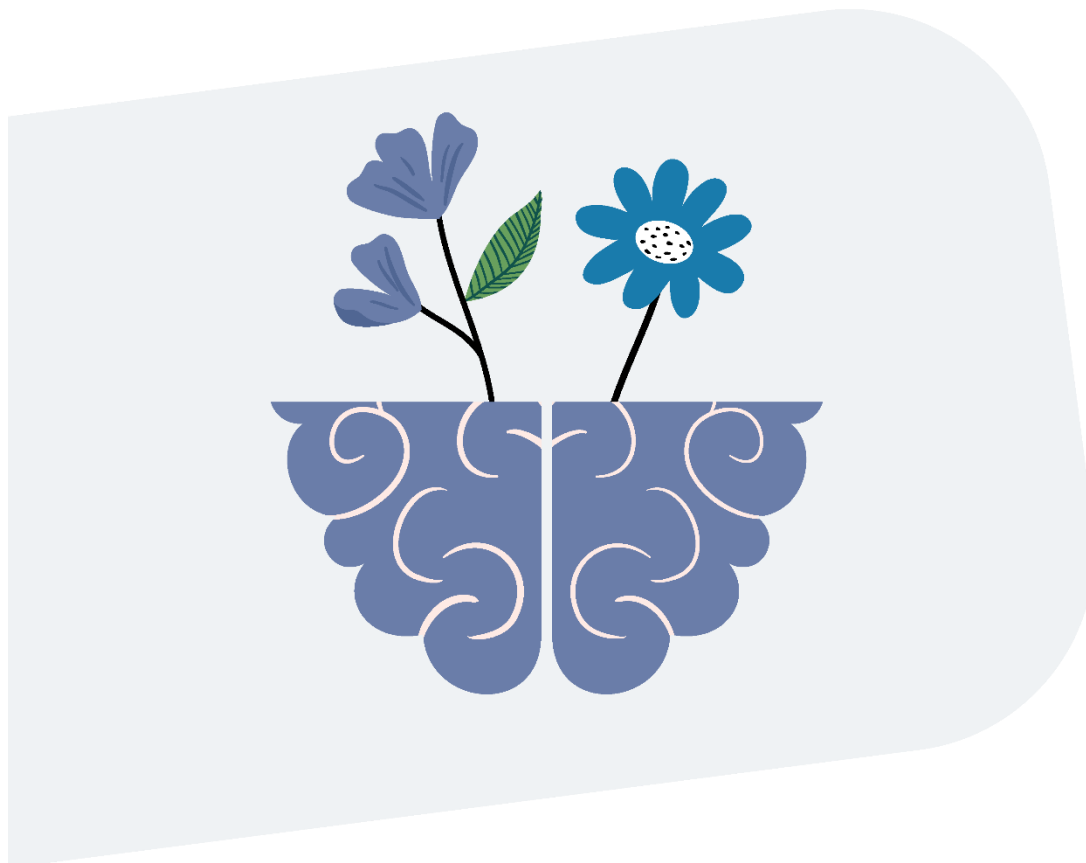
Jugendförderverein, Alemanha: www.facebook.com/JFV.PCH

SEMwell, Chéquia: www.facebook.com/semwell.education

CARDET, Chipre: www.facebook.com/CARDETngo

Institute of Development, Chipre: www.facebook.com/InstituteofDevelopmentCyprus

Future in Perspective Limited, Irlanda: www.facebook.com/futureinsperspective



Parceria



Conteúdo partilhado ao abrigo de uma Licença Pública
[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International
Public License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

