



## *Press Release*

Novembro 2024



# Projeto BENEFIT conclui com significativo impacto na saúde mental e empregabilidade dos jovens

## Projeto europeu capacita jovens e profissionais de juventude com recursos inovadores de apoio à saúde mental

O projeto BENEFIT concluiu com sucesso a sua viagem de dois anos, deixando um impacto duradouro na saúde mental e empregabilidade dos jovens em toda a Europa. O projeto, que reuniu parceiros de Portugal, Alemanha, Chéquia, Chipre e Irlanda, focou-se em capacitar profissionais de juventude e jovens para melhorar o bem-estar mental e promover a empregabilidade num mercado de trabalho cada vez mais desafiante.

### Principais conquistas

**Desenvolvimento de recursos abrangentes:** o BENEFIT criou dois recursos principais, um portefólio sobre resiliência e mindfulness para jovens e recursos formativos para profissionais de juventude.

**Plataforma de e-learning:** todos os recursos do projeto estão agora disponíveis numa plataforma online acessível, garantindo um impacto e alcance contínuos.

**Evento multiplicador bem-sucedido:** em outubro deste ano, realizou-se uma conferência em Sacavém, que reuniu 25 participantes, incluindo jovens, educadores e assistentes sociais, para partilhar conhecimentos sobre resiliência e mindfulness na juventude.

**Feedback positivo dos participantes:** os participantes do evento relataram um aumento da consciencialização sobre a construção de resiliência e mindfulness nos jovens, com muitos a planearem implementar os resultados do projeto em iniciativas futuras.

**Colaboração europeia:** o projeto fomentou a cooperação entre entidades interessadas em saúde mental de cinco países europeus, melhorando o intercâmbio de boas práticas e abordagens inovadoras.

### Impacto do projeto

O BENEFIT abordou questões críticas de desemprego juvenil e desafios de saúde mental, particularmente relevantes em países como Portugal. Os recursos do projeto visam apoiar os profissionais de juventude na assistência aos jovens, especialmente aqueles com menos oportunidades, para enfrentarem os desafios do mercado de trabalho.

Através deste projeto, criou-se um quadro sustentável para promover o bem-estar mental e a empregabilidade entre jovens europeus. Os seus recursos fornecem ferramentas práticas para que os profissionais de juventude apoiem os jovens no desenvolvimento de competências de resiliência e *mindfulness* essenciais para o sucesso pessoal e profissional.

### Perspetivas futuras

Como parte da sua estratégia de sustentabilidade, o projeto BENEFIT pretende expandir o alcance do seu portefólio, desenvolver módulos avançados para recursos de formação de profissionais de juventude e criar um programa de mentoria para profissionais que trabalham com jovens.

Para mais informações sobre o projeto, aceda à plataforma de e-learning em [elearning.benefitproject.org/pt](https://elearning.benefitproject.org/pt).

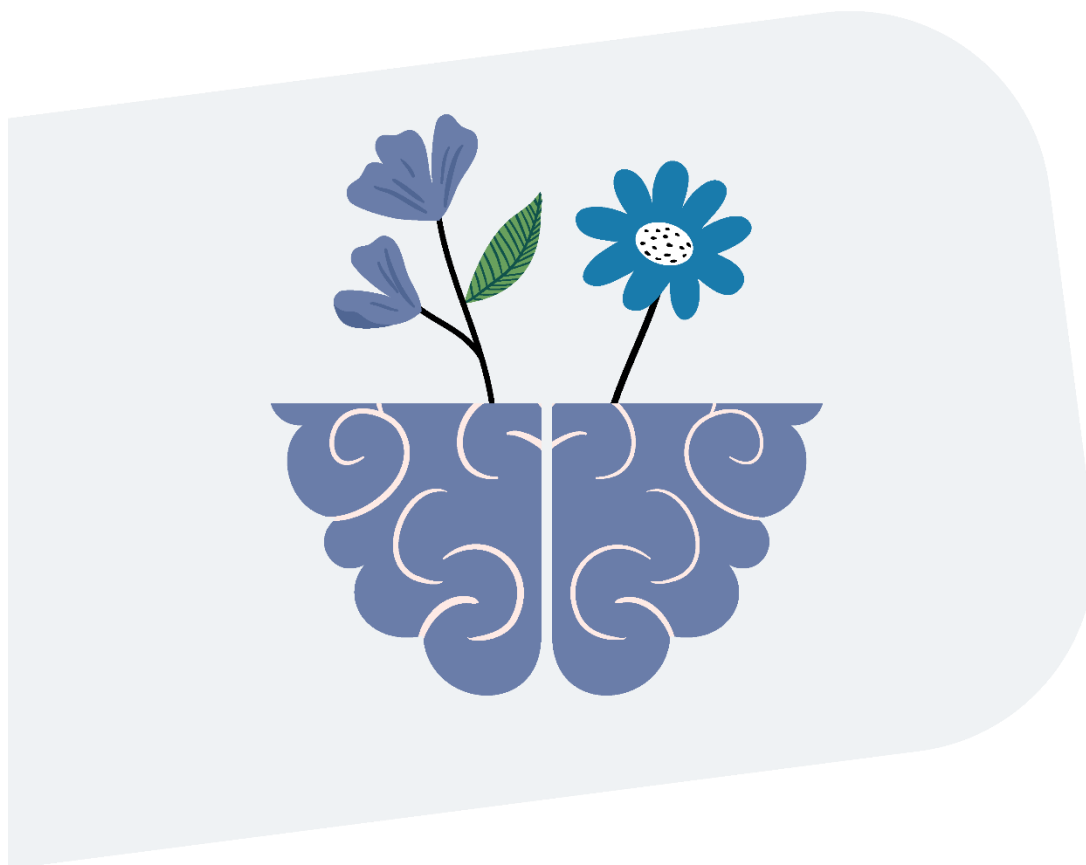
## Sobre o BENEFIT

O BENEFIT é um projeto cofinanciado pelo Erasmus+ que visa desenvolver a resiliência e o mindfulness nos jovens em toda a Europa. O projeto é uma colaboração entre parceiros de Portugal, Alemanha, Chéquia, Chipre e Irlanda.

Contactos:

Nadine Teles, Project Leader, [nadine.teles@mindshift.pt](mailto:nadine.teles@mindshift.pt)

**Siga-nos no Facebook [www.facebook.com/benefiteuproject](https://www.facebook.com/benefiteuproject)**  
**Visite o nosso website [benefitproject.org/pt-pt](https://benefitproject.org/pt-pt)**



Parceria:



CARDET



**MINDSHIFT**  
Talent Advisory

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/)

