



Wydarzenie upowszechniające projekt AWARE zwiększa zrozumienie zdrowia psychicznego w szkolnictwie wyższym w Grecji

Z radością informujemy o sukcesie naszego ostatniego wydarzenia upowszechniającego projekt AWARE, które odbyło się w Grecji i zostało zorganizowane przez KMOP Education and Innovation Hub. Wydarzenie odbyło się w Instytucie Francuskim w Atenach w dniu 3 października 2024 roku. Wydarzenie, skoncentrowane na poprawie wsparcia zdrowia psychicznego w społecznościach uniwersyteckich, przyciągnęło publiczność złożoną ze studentów szkół wyższych, kadry akademickiej i specjalistów w dziedzinie zdrowia psychicznego.

Wydarzenie Projektu AWARE dotyczyło szerokiego spektrum zagadnień wpływających na zdrowie psychiczne studentów, obejmując takie tematy jak:

- **Rozpoznawanie objawów lęku i radzenie sobie z nimi**
- **Odkrywanie sprawdzonych praktyk w zakresie zdrowia psychicznego**
- **Dzielenie się najnowszymi wynikami badań w tej dziedzinie**

Podczas wydarzenia upowszechniającego poruszyliśmy szerokie spektrum kwestii, które mają wpływ na zdrowie psychiczne uczniów. Skupiliśmy się na tym, jak rozpoznawać i radzić sobie z objawami lęku, zbadaliśmy najlepsze praktyki i podzieliliśmy się wynikami badań. Przedstawiliśmy uczestnikom Podręcznik Podnoszenia Świadomości, zaprojektowany jako niezbędne źródło informacji, i poinformowaliśmy ich o jego dostępności online. Ponadto podzieliliśmy się szczegółowymi informacjami na temat nowych modułów e-szkoleń, w tym dostępu do platformy szkoleniowej, która zapewnia cenne, samodzielnie prowadzone zasoby dotyczące zdrowia psychicznego i dobrostanu. Wydarzenie obejmowało również prezentacje ekspertów psychologów i innych specjalistów, którzy podzielili się swoimi doświadczeniami w promowaniu dobrostanu młodych ludzi i istotnej roli sieci wsparcia w środowisku akademickim.

Dodatkowe informacje i materiały na temat projektu można znaleźć na stronie internetowej

<https://www.awareformentalhealth.eu/>.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.