

MENTÁLNE ZDRAVIE JE TVOJA SUPERSCHOPNOSŤ

Európska iniciatíva zameraná na posilnenie generácie Z a zamestnávateľov s cieľom budovať odolnosť, emocionálnu inteligenciu a duševnú pohodu

Generácia Z vstupuje do rýchlo sa meniaceho sveta práce

Digitálne preťaženie, tlak v práci, neistota a nepretržité očakávania okolia čoraz viac ovplyvňujú mladých ľudí a ich:

- Mentálne zdravie • Motiváciu • Emocionálnu odolnosť • Vzťahy na pracovisku

Zamestnávatelia a organizácie sa snažia prispôbiť kultúru na pracovisku meniacim sa potrebám, očakávaniam a spôsobom komunikácie generácie Z.

Je čas na nový prístup.

ČO JE MIND THE GAP?

MIND THE GAP je Erasmus+ projekt zameraný na vytvorenie inovatívnych nástrojov na podporu duševného zdravia a psychickej odolnosti, ktoré sú špeciálne navrhnuté pre generáciu Z v pracovnom prostredí. Spojením digitálnych inovácií s emocionálnym zdravím tento projekt podporuje:

- Adaptabilitu • Sebavedomie • Emocionálnu odolnosť • Zdravšie pracovné prostredie

Čo prináša MIND THE GAP

- Nástroje hodnotenia a e-learningové moduly • Dynamickú online platformu • Mobilnú aplikáciu
- Praktickú príručku pre zamestnávateľov & HR tímy • Digitálne nástroje & príklady z praxe
- Podcasty & Videá • Chatbota

Všetky nástroje prejdú pilotným testovaním a overením, aby sa zabezpečilo, že sú pútavé, efektívne a relevantné.

Prečo je to dôležité?

Duševné zdravie už nie je len osobnou záležitosťou – je to priorita na pracovisku. Organizácie, ktoré podporujú duševnú pohodu, vytvárajú:

- Zdravšie tímy • Vyššiu angažovanosť • Väčšiu odolnosť • Lepšiu komunikáciu
- Zvýšenie produktivity a zníženie fluktuácie

MIND THE GAP premostí digitálnu transformáciu s ľudským zdravím.

MIND THE GAP – Projekt s dlhodobým dosahom

Všetky výsledky projektu a digitálne materiály budú voľne dostupné do roku 2033. Zabezpečí trvalý prístup k podpore duševného zdravia a vzdelávaniu v oblasti psychickej odolnosti v celej Európe.

Dostupný v: EN • FR • DE • EL • SL • SK • BG • IT • UA

Tím stojací za projektom MIND THE GAP

Sme multidisciplinárny tím zložený z osôb z ôsmich európskych organizácií, ktorých odborné znalosti a profesijné činnosti sa navzájom dopĺňajú.

- ABAKA (Francúzsko) • MOOVENCY (Francúzsko) • INTEGRA (Slovinsko)
- QUALED (Slovensko) • CONNEXIONS (Grécko) • VILNA UKRAYINA (Rakúsko)
- Services4Ventures (Bulharsko) • Ente Bilaterale Veneto (Taliansko)

Pridajte sa k nám. Zistite viac. Staňte sa súčasťou zmeny.

 /mindthegapgenz  @mind_the_gap_project  mind-the-gap-gen-z

 www.mindthegap-genz.eu

Erasmus+
Obhacujeme životy, rozširujeme obzory.


MINDtheGAP

 **Spolufinancovaný
Európskou úniou**

abaka.



Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Agence Erasmus+ France / Education Formation.

Európska únia ani orgán poskytujúci grant za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť.

Číslo projektu: 2025-1-FR01-KA220-VET-000352715

Vychovávame odolných ľudí.

Vytvárame zdravšie pracoviská.

Formujeme budúcnosť práce.

