

## Bemutatjuk a Jó Gyakorlatok Kézikönyvet

Hét nyelven elérhető, köztük  
magyarul és angolul is

Rávilágít a menekültek és bevándorlók  
integrációja során felmerülő mentális  
egészséggel kapcsolatos kihívásokra

Az integrációra, a pszichológiai támogatásra és  
a közösségi bevonódásra összpontosít

Hangsúlyozza a traumaérzékeny gondoskodás  
fontosságát és annak hatásait

Bemutatja, hogy a különböző művészeti  
és kreatív eszközök miként támogathatják  
a mentális egészséget és az integrációt

Olyan jó gyakorlatokat és szakértői  
ajánlásokat kínál, amelyek a  
menekültek és bevándorlók jóllétét  
támogatják

## Jó Gyakorlatok



Az Élet Fája  
-  
Támogatás  
Történetmesélés  
Által



Mindspring  
-  
Menekültek és  
Etnikai  
Kisebbségek  
Támogatás  
Észtországban



Testtérképezés  
-  
Eszköz a  
Gyógyulásért és  
az  
Érdekképviselés  
ért

Töltsd le a honlapról  
<https://mindfulness.erasmus.site/hu/main-results-v5/>

100

Mentálhigiénés szakember, tréner és  
ifjúsági munkás is részt vett a  
Kézikönyv tesztelésében, hogy  
elmondják véleményüket



Hamarosan  
következik:

2024. szeptember:  
Transznacionális  
tudáscsere és  
személyes találkozó  
Svédországban

2024 ősz:  
Kombinált kurzus a  
Mentális Jólétről  
Menekülteknek és  
Bevándorlóknak

Mindfulness for  
Integration



Az Európai Unió  
támogatásával

Az Európai Unió által finanszírozott, azonban a kifejtett nézetek és  
vélemények kizárólag a szerző(k) véleményét tükrözik, és nem  
feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és  
Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) nézeteivel. Sem az Európai  
Unió, sem az EACEA nem tehető felelőssé ezekért.