



Mindfulness
for Integration

Märts 2025

Riigi e-ülevaade



Põnevad arengud ja verstapostid



Tutvustame moderaatorite e-kursust

- Nüüd saadaval ka inglise keeles!
- Kohandatud tugiisikutele, eesliini töötajatele ja kodanikuühiskonna organisatsioonidele
- Pakub oskuseid, teadmisi ja enesekindlust loominguliste tegevuste elluviimiseks osana laiematest integratsiooniprogrammidest
- 6 erinevat moodulit

Moodulid



Mis on halb
vaimne tervis?



Pagulaste
stressi
mõõtmine



Vaimse heaolu
edendamine
loomingulise
eneseväljenduse
kaudu



Vaimse heaolu ja
sotsiaalse
integratsiooni
seosed



Loomingulised
tegevused
vaimse tervise
probleemide
vastu võitlemiseks



Stigma ja selle
mõju vaimsele
tervisele

M4I juhendaja e-kursus pakub terviklikku digitaalset koolitusprogrammi integratsiooni tugiisikutele, eesliini töötajatele ja kodanikuühiskonna organisatsioonidele. See kursus annab teadmised ja oskused M4I algatuse tõhusaks kasutamiseks, pakkumaks pagulastele, varjupaigataotlejatele ja haavatavatele migrantidele sihipärast vaimse tervise tuge.

Leia see
siit!



Mis
edasi?

Kursuste kohalike piloot-testimiste lõpuleviimine

Juhendajate e-kursus kõigi partnerorganisatsioonide keeltes

Kultuuri- ja loomesektori spetsialistide oskuste täiendamine

Mindfulness for
Integration



Co-funded by
the European Union

Rahastatud Euroopa Liidu poolt. Avaldatud seisukohad ja arvamused on ainult autori(te) omad ega pruugi kajastada Euroopa Liidu või Euroopa Hariduse ja Kultuuri Rakendusamet (EACEA) seisukohti ja arvamusi. Euroopa Liit ega EACEA nende eest ei vastuta.

