

WELL@SME

MENTAL WELLBEING IN SMEs

Το ευρωπαϊκό έργο **“WELL@SME: Mental Wellbeing in SMEs”** έχει στόχο να ανταποκριθεί στις ανάγκες των εργαζομένων και των διευθυντών/ιδιοκτητών, σχεδιάζοντας και διαθέτοντας εξατομικευμένους πόρους, εργαλεία και στρατηγικές για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του εργασιακού στρες και των αρνητικών επιπτώσεων των συνθηκών στην ψυχική υγεία. Το έργο στοχεύει στη δημιουργία και ανάπτυξη ευέλικτων εκπαιδεύσεων, με σκοπό την προώθηση της θετικής ψυχικής υγείας στον εργασιακό χώρο, προσαρμοσμένη στις συγκεκριμένες μαθησιακές ανάγκες των ιδιοκτητών και των εργαζομένων. Το έργο προσφέρει μια σειρά από διαφορετικά εργαλεία ψηφιακής μάθησης (μαθήματα ηλεκτρονικής μάθησης, βάση δεδομένων και podcasts).

Το αναμενόμενο από αποτέλεσμα του έργου είναι ένα σύνολο συμπληρωματικών πόρων για την υποστήριξη των ιδιοκτητών επιχειρήσεων, των διευθυντικών στελεχών και των εργαζομένων για την πρόληψη και την αντιμετώπιση προβλημάτων ψυχικής υγείας στο χώρο εργασίας μέσω ενημέρωσης, εκπαίδευσης και εφαρμογής συγκεκριμένων πρακτικών. Το έργο έχει μια ενσωματωμένη ολοκληρωμένη προσέγγιση η οποία βασίζεται σε: προστατευτικά μέτρα, μείωση παραγόντων κινδύνου και αλφαριθμητισμό στο κομμάτι της ψυχικής υγείας.



Τα εργαλεία αντιστοιχούν στα ακόλουθα αποτελέσματα έργου:

1

Μείωση των παραγόντων κινδύνου

Μία δημόσια διαθέσιμη και πολύγλωσση βάση δεδομένων που παρέχει ένα αποθετήριο πρακτικών, πολιτικών και διδαγμάτων, με δυνατότητα αναζήτησης σε σχέση με την αποτελεσματική προαγωγή της ψυχικής υγείας στο χώρο εργασίας που εφαρμόζεται στο πλαίσιο των ΜΜΕ. Οι χρήστες θα μπορούν να φιλτράρουν ανά περιοχές δράσης, τις δραστηριότητες υλοποίησης, τους τομείς, τα θέματα και τη γλώσσα. Ο στόχος αυτού του εργαλείου είναι να παρέχει στους χρήστες (κυρίως στους Διευθυντές Ανθρώπινου Δυναμικού, στις οργανώσεις, στους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, στους υπεύθυνους λήψης πολιτικών και αποφάσεων) πρακτικά παραδείγματα συμπληρωμένα με κατάλληλα εργαλεία που μπορούν να μεταφερθούν στο εργασιακό τους πλαίσιο.

2

Αλφαριθμητισμός στην ψυχική υγεία

Αυτοκατευθυνόμενο μάθημα ηλεκτρονικής μάθησης που απευθύνεται σε υπαλλήλους και διευθυντές επιχειρήσεων και έχει στόχο να υποστηρίξει την απόκτηση δεξιοτήτων που θα βελτιώσουν την ψυχική τους ευεξία στο χώρο εργασίας. Αυτό είναι ένα προσβάσιμο εργαλείο για κάθε ενδιαφερόμενη εταιρεία / εργαζόμενο για να ξεκινήσει μια διαδικασία για τη δημιουργία ενός πιο υγιούς περιβάλλοντος, υποστηρίζοντας έτσι τη βελτίωση της εργασιακής ικανοποίησης, διατήρησης και παραγωγικότητας.

3

WELL@SME podcasts για ιδιοκτήτες μικρομεσαίων επιχειρήσεων

Το συγκεκριμένο παραδοτέο θα είναι μια σειρά podcasts, όπου θα έχει συνεντεύξεις από ειδικούς ή/και ιδιοκτήτες επιχειρήσεων, από τις διάφορες χώρες που συμμετέχουν στο έργο για να συζητήσουν και να παράσχουν προτάσεις στους ιδιοκτήτες σχετικά με τον τρόπο αναγνώρισης των ενδείξεων κακής ψυχικής υγείας και σχετικά με το τι θα μπορούσαν να κάνουν για να ανταποκριθούν σε μία τέτοια κατάσταση.

4

Μεθοδολογία για τη δημιουργία ενός δικτύου εταιρειών που ασχολούνται με την ψυχική υγεία των εργαζομένων τους

Πρόκειται για ένα μεθοδολογικό πλαίσιο σχετικά με τον τρόπο συμμετοχής των ενδιαφερομένων από διαφορετικά επίπεδα σχετικά με το θέμα της ψυχικής υγείας στο χώρο εργασίας: εταιρείες, επιχειρήσεις, επαγγελματίες ψυχικής υγείας, κοινωνικούς λειτουργούς, οργανισμούς που εργάζονται στον τομέα της υγείας και της ασφάλειας στην εργασία, εκπαιδευτικούς, ΜΚΟ κ.λπ.



Το έργο χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ID KA220-ADU-9AAA209B) και υλοποιείται από τους ακόλουθους φορείς:

Ο οργανισμός Danish Committee for Health Education (DCHE) από τη Δανία (συντονιστής), σε συνεργασία με:

- **ANZIANI E NON SOLO SOCIETA COOPERATIVA SOCIALE** (Ιταλία)
- **K.S.D.E.O. EDRA** (Ελλάδα)
- **European Health Futures Forum** (Ιρλανδία)
- **Rightchallenge – Associaçãõ** (Πορτογαλία)
- **Sarkana Krusta medicinas koledza** (Λετονία)
- **EUROPEAN NETWORK OF ACTIVE LIVING FOR MENTAL HEALTH** (Βέλγιο)
- **MIELI Suomen Mielenterveys ry** (Φινλανδία)

