

WELL@SME

BEM-ESTAR MENTAL NAS PME's

Conclusão e resultados do projeto

Temos o prazer de anunciar a conclusão bem-sucedida do projeto **WELL@SME - BEM-ESTAR MENTAL NAS PMEs!** Após meses de colaboração, alcançámos o nosso objetivo de melhorar a sensibilização e o apoio à saúde mental nos locais de trabalho em toda a Europa. **Descubra os resultados impactantes do projeto [MentalHealth4Work!](#)** Explore os nossos resultados, aceda a uma série de **recursos gratuitos** e saiba mais sobre como estamos a fazer a diferença na saúde mental no local de trabalho.

O que alcançámos

Ao longo do projeto, concentrámo-nos na criação de um quadro sólido que reúne as principais partes interessadas de uma vasta gama de setores, incluindo **empresas e associações de PMEs, especialistas em saúde mental, ONGs, educadores e formadores.**

Ao promover estas parcerias, conseguimos desenvolver ferramentas e estratégias para ajudar as empresas a dar prioridade à saúde mental, aumentar o bem-estar dos funcionários e criar ambientes de trabalho mais saudáveis.

Principais realizações:

Enquadramento unificado: Criámos um **enquadramento metodológico** poderoso que liga empresas, PMEs, especialistas em saúde mental, ONGs e educadores **para promover melhores práticas de saúde mental** no trabalho.

Eventos: Organizámos eventos com impacto em todos os países parceiros, culminando numa conferência final na Dinamarca, onde partilhámos os nossos resultados e celebrámos o sucesso do projeto.

Recursos em curso: As ferramentas e estratégias desenvolvidas, tais como cursos de e-learning auto-dirigidos, uma série de podcasts de especialistas e uma base de dados multilingue que fornece as melhores práticas e políticas, continuarão a apoiar as empresas a dar prioridade à saúde



Queremos estender os nossos sinceros agradecimentos a todos os envolvidos - os nossos parceiros, especialistas e o público - pelo vosso apoio e envolvimento contínuos ao longo desta jornada. Juntos, demos passos significativos na abordagem da saúde mental no local de trabalho e, embora o projeto tenha acabado, o seu impacto continuará a beneficiar os trabalhadores e as organizações nos próximos anos.

Visite o nosso Website [MentalHealth4Work](#) para explorar os resultados, os recursos e mais informações sobre as realizações do projeto.

Sobre o "WELL@SME: Bem-estar mental nas PMEs"

O projeto "WELL@SME: Mental Wellbeing in SMEs" responde às necessidades dos trabalhadores e dos gestores/proprietários de empresas, concebendo e disponibilizando recursos personalizados, ferramentas e estratégias para prevenir e lidar com o stress no trabalho e os efeitos negativos das condições na saúde mental. O projeto visa criar e desenvolver formações flexíveis para promover uma saúde mental positiva no local de trabalho, adaptadas às necessidades de aprendizagem específicas dos proprietários e dos trabalhadores.

O projeto é financiado pelo programa Erasmus+ da União Europeia.

O projeto é financiado pelo programa Erasmus+ da União Europeia (ID KA220-ADU-9AAA209B); e é implementado pelas seguintes organizações: A organização **Danish Committee for Health Education (DCHE)** da Dinamarca (coordenador), em cooperação com:

ANZIANI E NON SOLO SOCIETA COOPERATIVA SOCIALE (Itália)

K.S.D.E.O. EDRA (Grécia)

Fórum Europeu dos Futuros da Saúde (Irlanda)

Rightchallenge - Associação (Portugal)

Sarkana Krusta medicinas koledza (Latvia)

REDE EUROPEIA DE VIDA ACTIVA PARA A SAÚDE MENTAL (Bélgica)

MIELI Suomen Mielenterveys ry (Finlândia)