



LEHDISTÖTIEDOTE 1

## WELL@SME

# MIELENTERVEYDEN EDISTÄMINEN PIENISSÄ JA KESKISUURISSA YRITYKSISSÄ

Hankkeella "**WELL@SME: Mielenterveyden edistäminen pienissä ja keskisuurissa yrityksissä**" pyritään vastaamaan pienten ja keskisuurten yritysten (pk-yritysten) työntekijöiden ja johtajien/omistajien erityistarpeisiin suunnittelemalla ja asettamalla saataville resursseja, välineitä ja strategioita, jotka on räätälöity ehkäisemään ja torjumaan työperäistä stressiä ja työolojen kielteisiä vaikutuksia mielenterveyteen. Hankkeen tavoitteena on luoda ja kehittää koulutusalausta, jonka tarkoituksena on edistää mielenterveyttä työpaikoilla ja joka on mukautettu pk-yritysten omistajien ja työntekijöiden tarpeisiin. Hankkeessa integroidaan digitaaliset työkalut ohjauksellisiin tapaamisiin ja tuetaan siten digitaalisten taitojen hankkimista ja vahvistamista osallistujien keskuudessa.

Hankkeen tavoitteena on tuottaa joukko toisiaan täydentäviä resursseja, joilla tuetaan pk-yritysten omistajia, johtajia ja työntekijöitä mielenterveysongelmien ehkäisemisessä ja ratkaisemisessa työpaikalla tiedottamisen, koulutuksen ja hyvien käytäntöjen täytäntöönpanon avulla. Hankkeessa hyödynnetään useita digitaalisen oppimisen lähestymistapoja, joissa otetaan huomioon mielenterveyteen vaikuttavat suojatoimenpiteet, riskitekijöiden vähentämisen tärkeys sekä tiedon tarve liittyen mielenterveyteen työpaikan kontekstissa. Digitaalisina välineinä käytetään mm. verkkokurssia, podcasteja sekä tietokantaa.

Resurssit muodostuvat seuraavista projektin osa-alueista:

- **Tietokanta riskien ehkäisyyn (PR1) vapaasti saatavilla olevista työkaluista ja hyvistä käytännöistä:** perustetaan julkinen tietokanta, joka on käytettävissä eri kielillä ja joka tarjoaa arkiston, jossa on työkaluja, käytänteitä ja kokemuksia, joita on saatu mielenterveyden tehokkaasta edistämisestä työpaikalla ja joita on sovellettu tai sovelletaan pk-yritysten kontekstiin. Käyttäjät voivat valita hakutoiminnon kautta toiminta-alan, toteutustavan, yrityskohtaisen alan ja teeman, kielen, alueen ja maan. Tämän välineen tavoitteena on tarjota käyttäjille (pääasiassa henkilöstöjohtajille, pk-yritysyhdistyksille, mielenterveysalan ammattilaisille, poliittisille päättäjille ja päätöksentekijöille) käytännön esimerkkejä mielenterveyden edistämisestä työpaikalla. Työpaikoille tarjotaan käytännön työkaluja, joita voidaan soveltaa heille sopivassa työkontekstissa.



- **Mielenterveys työpaikalla - verkkokurssi (PR2):** Pk-yritysten työntekijöille ja johtajille kehitetään itsenäisesti opiskeltava verkkokurssi, jonka tarkoituksena on tukea sellaisten taitojen hankkimista, jotka vahvistavat mielen hyvinvointia työpaikalla. Verkkokurssi tulee olemaan kaikkien niiden yritysten tai työntekijöiden käytettävissä, jotka ovat kiinnostuneita kehittämään työtään positiivisemmän ja mielenterveyttä tukevamman ympäristön luomiseksi. Tällainen ympäristö on omiaan ruokkimaan työtyytyväisyyttä, motivaatiota ja tuottavuutta.

- **Podcast työperäisestä stressistä ja sen ennaltaehkäisystä (PR3):** luodaan podcast, jossa haastatellaan hankkeessa mukana olevien eri maiden asiantuntijoita ja pk-yritysten omistajia. Podcast jaksot kohdennetaan antamaan yrittäjille tietoa mielenterveysongelmiin liittyvien varoitusmerkkien tunnistamisesta ja siitä, mitä he voisivat tehdä estääkseen mielenterveyteen liittyvien haasteiden asteittaista leviämistä työpaikalla.

- **Työpaikan hyvinvointia koskevan tiedotuksen ja koulutuksen metodologinen malli (PR4):** viimeiseksi tuotetaan metodologinen malli siitä, miten eri sidosryhmät voidaan sitouttaa tukemaan mielenterveyden edistämistä pk-yrityksissä niiden eri tasoilla. Metodologiseen malliin voivat osallistua yritykset, pk-yritysten yhdistykset, mielenterveys- ja sosiaalityöntekijät sekä työterveyden ja -turvallisuuden alalla toimivat järjestöt, kouluttajat, kansalaisjärjestöt jne.

Hanketta rahoittaa Euroopan unionin Erasmus+ -ohjelma. kesto on 33 kuukautta (01/01/2022 - 01/10/2024), ja sen toteuttavat seuraavat organisaatiot:

Hankkeen koordinaattorina toimii **Danish Committee for Health Education (DCHE)** (Tanska) yhteistyössä seuraavien kanssa:

- 📄 **ANZIANI E NON SOLO SOCIETA COOPERATIVA SOCIALE** (Italia)
- 📄 **K.S.D.E.O. EDRA** (Kreikka)
- 📄 **European Health Futures Forum** (Irlanti)
- 📄 **Rightchallenge - yhdistys** (Portugali)
- 📄 **Sarkana Krusta medicinas koledza** (Latvia)
- 📄 **EUROPEAN NETWORK OF ACTIVE LIVING FOR MENTAL HEALTH** (Belgia)
- 📄 **MIELI Suomen Mielenterveys ry** (Suomi)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**Vastuuvapauslauseke:** Euroopan komission tuki tämän hankkeen tuotannolle ei tarkoita sisällön tukemista. Sisältö kuvastaa yksinomaan tekijöiden näkemyksiä, eikä komissiota voida pitää vastuussa sen sisältämien tietojen mahdollisesta käytöstä.