

WELL@SME

MENTAL WELLBEING IN SMEs

Podcastserien er nu klar!

**WELL@SME podcasts til ejere/ledere
af små- og mellemstore
virksomheder:**

Vi er glade for at kunne annoncere at projektets podcastserie nu er blevet udgivet! I hvert afsnit bliver en ekspert og/eller en ejer/leder af en SME fra en af projektpartnerlandene interviewet med henblik på at diskutere mental sundhed i små- og mellemstore virksomheder, samt komme med forslag og eksempler på hvordan man opdager tegnene på dårlig mental sundhed, hvordan man griber det an og hvordan man forebygger det.

Du kan se og høre podcastserien her:

<https://www.youtube.com/@mentalhealth4work>



WELL@SME: Mental Wellbeing in SMEs er et projekt der adresserer de specifikke behov som medarbejdere og ledere/ejere af små- og mellemstore virksomheder har, ved at udarbejde skræddersyede ressourcer, redskaber og strategier der har til formål at forebygge arbejdsrelateret stress, dårligt mental sundhed og de dårlige arbejdsforhold der kan være årsag til dette. Formålet med projektet er at skabe og udvikle fleksible læringsredskaber der har til hensigt at promovere god mental sundhed og trivsel på arbejdspladsen, tilpasset til medarbejdernes og lederne/ejerne af små-og mellemstore virksomheders specifikke behov. Projektet integrerer en række digitale læringsredskaber hvilket bidrager til at styrke tilegnelsen af digitale færdigheder blandt brugerne.

Projektets forventede konkrete resultat er en række supplerende ressourcer som kan bruges af ejere/ledere af små- og mellemstore virksomheder samt medarbejdere til at forebygge og håndtere problemer relateret til mental sundhed på arbejdspladsen gennem oplysning, læring og implementering af praksisser,

Projektet har en indbygget integreret tilgang der er baseret på: proaktive tiltag, reduktion af risikofaktorer, og mental sundhedskompetence.

Projektet er medfinansieret af den Europæiske Unions Erasmus+ program (ID KA220-ADU-9AAA209B); og følgende organisationer tager del i implementeringen af projektet:

Komiteen for Sundhedsoplysning fra Danmark er koordinator på projektet og arbejder i dette projekt sammen med:

- **ANZIANI E NON SOLO SOCIETA COOPERATIVA SOCIALE** (Italien)
- **K.S.D.E.O. EDRA** (Grækenland)
- **European Health Futures Forum** (Irland)
- **Rightchallenge - Associação** (Portugal)
- **Sarkana Krusta medicinas koledza** (Letland)
- **EUROPEAN NETWORK OF ACTIVE LIVING FOR MENTAL HEALTH** (Belgien)
- **MIELI Suomen Mielenterveys ry** (Finland)

