



Programul ERASMUS+ (2020-1-RO01-KA205-078667)

Acțiunea cheie 2 - Parteneriate strategice în domeniul tineretului KA205

”Innovative, Recreational, Stress Relief Youth Empowerment Strategies”,

acronim **ENJOY**.

Perioada de implementare: 2020-08-01 - 2022-07-31

Valoare finanțare: 200.881 EURO

Coordonator proiect: România -PALATUL COPIILOR IASI,

Coordonator proiect prof. dr. Gabriela Andrei

Parteneri în proiect:

- **ESTONIA, ”EESTI PEOPLE TO PEOPLE”**
- **FRANȚA, ”MITRA FRANCE”**
- **LITUANIA, ”ASOCIACIJA KURYBINES ATEITIES IDEJOS”**
- **NORVEGIA, ”GODALEN VIDEREGÅENDE SKOLE”**
- **ROMÂNIA, ASOCIATIA DEMETRIUS**

În urma unei analize a modului de comportare al tinerilor aflați la final de ciclu de învățământ, în fața unor forme de evaluare, finalizare de activitate importantă, etc. am constatat instalarea unei stări specifice stresului, în rândul a cât mai multor adolescenți. Proiectul se adresează elevilor și tinerilor cu vârste

cuprinse între 12 și 20 de ani și educatorilor de tineri, părinților, profesorilor, profesioniștilor din sănătate.

Scopul proiectului

Creșterea gradului de conștientizare în ceea ce privește pericolul degradării nervoase a unor tineri, în rândul grupurilor țintă și al părților interesate și oferirea de soluții de instruire utilizate pe scară largă precum și prevenirea consumului nervos, a dezvoltării abilităților de a face față, prin cooperarea partenerilor UE și schimbul de expertize, metodologii și bune practici pentru a reduce efectele și consecințele în acest domeniu.

Obiectivele proiectului:

- Creșterea gradului de conștientizare asupra consumului nervos și îndrumarea tinerilor în adoptarea mai multor domenii de interes și realizare, deoarece varietatea și multidimensionalitatea protejează împotriva acestui consum care apare dintr-o obsesie unică.
- Formarea în rândul tinerilor de abilități active de prevenire și combatere a stresului, prin armonizarea unui pachet mixt de formare a învățării, a unui set de instrumente pentru ateliere și a unei aplicații digitale pentru un management mai bun al stilului de viață, decizii mai sănătoase, perspective mai raționale asupra competițiilor, abilități în identificarea și urmărirea obiectivelor personale de măiestrie a învățării și gestionarea timpului.
- Creșterea gradului de conștientizare a lucrătorilor tineri, a cadrelor didactice, a

părinților și oferirea de instrumente eficiente și atractive pentru prevenirea consumului nervos la tineri. Inițiativa își propune să ofere, într-o manieră extrem de accesibilă și atractivă, folosind campanii de conștientizare, colectarea studiilor de caz, formare recunoscută și validată de metodologie de învățare combinată cu ateliere terapeutice, aplicație digitală pentru tineret, cunoștințe, abilități și practici de îmbunătățire în prevenirea și combaterea epuizării tinerilor, un subiect nou și insuficient abordat care afectează pe larg tinerii europeni.

Rezultatele proiectului

- Programă inovativă pentru activități de gestionare a stresului în mediul educațional;
- Materiale interactive și metodologii pentru stagii de formare online și față în față pe subiectul proiectului;
- Ateliere de terapie și prevenire a epuizării profesionale, folosind diferite metode: terapia prin artă (Franța), tehnici de relaxare (Asociația Demetrius), terapia prin teatru (Palatul Copiilor), activități outdoor (Lituania), metode non-formale (Norvegia);

• Studii de caz;

- Campanie de reducere a sindromului Burnout, organizată în manieră unificată și simultan în țările participante la proiect;
- Curs “Youth Burnout Prevention and Coping Skills”, organizat în 12 grupe de câte 15 cursanți;
- Pagina de Facebook a proiectului;
- Website;
- Newsletter / 6 luni.

Criterii de selecție pentru membrii echipei de proiect – cadre didactice

- Disponibilitatea de a dedica timp activităților din proiect și cunoștințe despre subiectul acestuia, cât și despre realizarea produselor enumerate mai sus;
- Experiență în utilizarea aplicației Dropbox ;
- Cunoștințe de gestionare a conturilor de social media dedicate proiectului (Facebook);
- Cunoașterea limbii engleze.

Criterii de selecție pentru membrii echipei de proiect – elevi

- Să fie elevi ai Palatului Copiilor Iași;
- Disponibilitatea de a dedica timp activităților din proiect, care se întinde pe doi ani (septembrie 2020 – august 2022);
- Experiență în utilizarea aplicației Dropbox ;
- Cunoștințe de Microsoft Office;
- Cunoștințe de gestionare a conturilor de social media dedicate proiectului (Facebook);
- Cunoașterea limbii engleze.

Procedură de selecție pentru cadrele didactice:

Se va depune la secretariatul instituției un dosar care trebuie să conțină:

- Cerere scrisă adresată conducerii Palatului Copiilor;
- CV (din care să reiasă expertiza legată de produsele realizate în proiect) – 20p;
- Scrisoare de intenție – 30p;

- Dovada participării la proiecte internaționale (proiecte finanțate de Uniunea Europeană, proiecte internaționale din CAEN, festivaluri și alte proiecte de acest tip) – 30p;
- Certificat de limbă (de preferat) sau adeverință de participare la un curs de limba engleză - 20p.

Procedură de selecție elevi:

Se va depune la secretariat un dosar care trebuie să conțină:

- Cerere scrisă adresată conducerii Palatului Copiilor;
- Acordul părinților, atât pentru participarea în proiect, cât și pentru publicarea imaginilor pe site-ul proiectului și pe rețelele de socializare aferente acestuia;
- CV (să includă activitățile extrașcolare) – 30p;
- Scrisoare de intenție – 20p;
- Eseu motivațional – 30p;
- Certificat de limbă (de preferat) sau adeverință de participare la un curs de limba engleză - 20p.

Termen: 10. 11. 2020