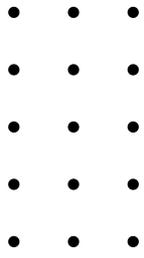


MENTALE GESUNDHEIT IM FOKUS

Ein Workshop für
Jugendvertrauens-
personen



NACH DEM WORKSHOP...

- musst du dich von Social Media nicht mehr in die Irre führen lassen, was wirklich hinter psychischen Störungsbildern steckt
- bist du mit vielen anderen JVRs aus ganz NÖ vernetzt
- weißt du, wie du kompetent Hilfestellung für andere leisten kannst
- hast du dir eine Selbstfürsorge-Toolbox für deinen Alltag zusammengestellt
- kannst du anderen Menschen erklären, was psychische Gesundheit überhaupt bedeutet



2-TAGES-WORKSHOPS

ARBEITERKAMMER ST. PÖLTEN
20.02. + 21.02.2025
20.03. + 21.03.2025



4 STERNE ★★★★★
PARKHOTEL HIRSCHWANG
17.04. + 18.04.2025
mit kostenloser Übernachtung



WIESO DER WORKSHOP?

- Die Corona-Pandemie hat starke **negative Auswirkungen** auf die mentale Gesundheit vieler **Lehrlinge in Österreich** (Dale et al., 2021)
- Fast die Hälfte der Lehrlinge zeigen Anzeichen von **Depression (48,3%)**, viele berichten über Probleme mit **Angst (35,4%)**, **Schlaflosigkeit (27%)** oder **gestörtes Essverhalten (50,6%)**
- Vor allem **weibliche Lehrlinge** zeigten in einer aktuellen Studie im Vergleich zu Schüler:innen einen **erhöhten Alkoholkonsum**, vor allem, wenn diese von weiteren, zusätzlichen psychischen Belastungen berichteten (ORourke et al., 2022)
- **Es braucht gezielte Programme**, um die mentale Gesundheit von Lehrlingen zu fördern und langfristige Schäden zu verhindern.

INKLUDIERTER SPECIALS

- **Online-Coaching** und **werktägliche Hotline** für 6 Monate
- kostenloses **Workbook**
- **Teilnahmezertifikat** für den Lebenslauf
- Für alle, die noch tiefer gehen wollen: **Links und Buchempfehlungen** zu verschiedenen Themen
- Snacks und Getränke

VORTEILE FÜR DAS UNTERNEHMEN

- **Gatekeeper-Trainings** verhindern Krisen und Ausfälle von Mitarbeitenden
- **Netzwerkbildung:** Austausch und Vernetzung mit anderen Lehrbetrieben fördern neue Synergien.
- **Förderung der Produktivität:** Mentale Gesundheit ist ein Schlüssel zu besserer Konzentration, geringeren Ausfällen und höherer Motivation.
- **Corporate Social Responsibility (CSR):** Unternehmen, die ihre Lehrlinge fördern, leisten einen wertvollen gesellschaftlichen Beitrag, indem sie Verantwortung für die Gesundheit der jungen Generation übernehmen.

**JOIN
NOW**

ANMELDUNG



noe.arbeiterkammer.at/justhelp

Anmeldung mit Formular online oder per Mail:
gesundheitspolitik@ak.noe.at