



StressOut

Projekt StressOut ima za cilj pružiti alate za prevenciju i upravljanje stresom na osobnoj i profesionalnoj razini. Projekt će rezultirati inovativnim treningom, gdje će se kroz iskustvene aktivnosti poslodavce i zaposlenicike osnažiti za borbu protiv stresa na poslu i izgaranja, te podučiti kako iste spriječiti putem lako dostupnih suvremenih alata.



Co-funded by
the European Union

Financirano sredstvima Europske unije. Izneseni stavovi i mišljenja su stavovi i mišljenja autora i ne moraju se podudarati sa stavovima i mišljenjima Europske unije ili Europske izvršne agencije za obrazovanje i kulturu (EACEA). Ni Europska unija ni EACEA ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

Kontaktirajte nas:



<https://stressout-project.eu/>



hello@stressout-project.eu



[@stressout.project](https://www.facebook.com/stressout.project)



[@stressout-project](https://www.linkedin.com/company/stressout-project)



StressOut

MODERN TOOLS FOR WORK-RELATED
STRESS MANAGEMENT

Partnerski konzorcij

Projekt vodi BIC INNOBRIDGE iz Bugarske, a konzorcij uključuje 6 partnera iz 5 europskih zemalja, od kojih svaki donosi jedinstvenu stručnost kako bi se stvorio uistinu učinkovit tim.



Očekivani učinak

Projekt StressOut ima za cilj omogućiti pojedincima da nauče kako prepoznati, upravljati i spriječiti stres i izgaranje na poslu, putem inovativnog digitalnog treninga i alata. Očekivani učinak projekta je podizanje svijesti o važnosti mentalnog zdravlja te doprinos stvaranju sigurnijih i zdravijih radnih mjesta pružanjem inovativnih instrumenata za upravljanje i prevenciju stresa na poslu.

Očekivani rezultati

→ Zagovaračke aktivnosti

Sveobuhvatno izvješće koje nudi smjernice za rješavanje problema stresa povezanog s poslom na razini EU-a.

→ Trening

Strukturirani trening koji podučava tehnikama prevencije i upravljanja stresom.

→ Alat za procjenu stresa

Alat za procjenu razine stresa i predlaganje optimalnih strategija suočavanja.

→ Pribor za prvu pomoć

Namjenski resurs za pomoć pri suočavanju sa ozbiljnim situacijama izrazitog stresa.

→ Inovativna mobilna aplikacija

Aplikacija na više relevantnih platformi koja ujedinjuje sve StressOut resurse na jednom mjestu, jednostavnom za korištenje.

→ Dani borbe protiv stresa

Događaji posvećeni promicanju važnosti mentalnog zdravlja i prevenciji stresa povezanog s radom, s ciljem zauzimanja trajnog mjesta u kalendaru inicijativa EU.

Želite se uključiti? Javite nam se!



www.stressout-project.eu



hello@stressout-project.eu



[@stressout.project](https://www.facebook.com/stressout.project)



[@stressout-project](https://www.linkedin.com/company/stressout-project)

