

ERASMUS+ projekta WELL@SME rezultāti

Linda Paegle
Pētniece
Darba drošības un vides veselības institūts
Kontakti: linda.paegle@rsu.lv

Šis projekts ir finansēts ar Eiropas Komisijas atbalstu. Šī darbsemināra prezentāciju un interaktīvās situāciju spēles saturs atspoguļo tikai autoru viedokļus, un Eiropas Komisija nav atbildīga par jebkādu šeit iekļauto informāciju.

Par projektu

Mērķis. Radīt vairākus dažādus viegli pieejamus rīkus mentālās veselības un labbūtības uzturēšanai un saglabāšanai mazajos un vidējos uzņēmumos



Projekta partneri



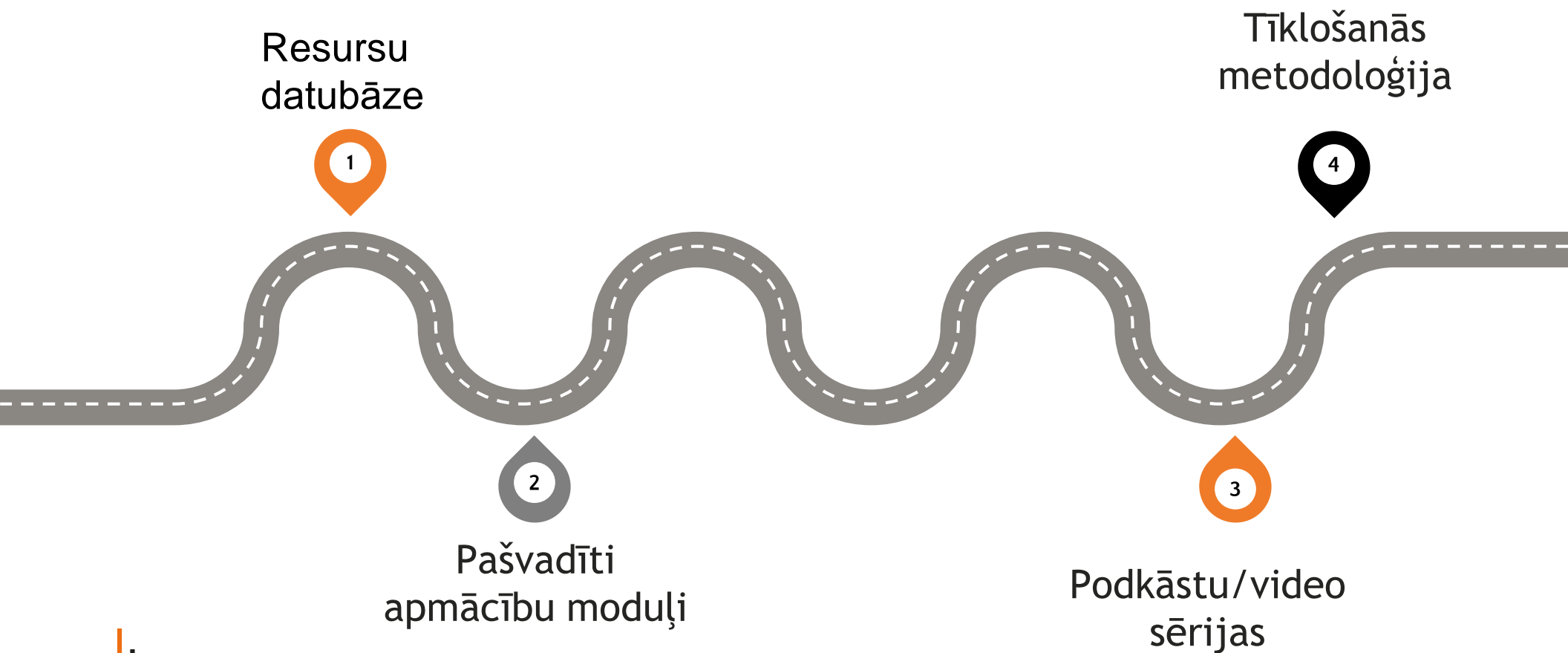
Danish Committee



Éδρα social cooperative activities for vulnerable groups



Uzdevumi/ rezultāti



1. Resursu datubāze



Target

- Companies (13) Employees (80) Employers (69) Experts (OSH, HR, Psychosocial) (43) General public (21) Health professionals (14)
 Human resources (28) Managers and Leaders (57) Municipalities (16) Policymakers (13) School (16) Unions (13)

Country


- Belgium (3) Denmark (13) EU (6) Finland (4) Greece (12) Ireland (7) Italy (11) Latvia (30) Portugal (27)
 United Kingdom (3) USA (1)

Type

- All Categories Article (16) Book - Handbook (9) Booklet (2) Checklist (1) Good practice (5) Guide (11) Infographic (1)
 Information leaflet (1) Informative guide (39) Online (6) Other (1) PDF (2) Podcast (1) Presentation (12) Research (1)
 Risk assessment tool (2) Survey (1) Tool (8) Training material (8) Video (8) Webinar / seminar (2) Webpage (1)

Submit

2. E-apmācību kurss



Mentālās labklājības uzlabošana mazajos un vidējos uzņēmumos

Mācību programma WELL@SME ir pašvirzīts e-apmācības kurss, kas paredzēts mazo un vidējo uzņēmumu darbiniekiem un vadītājiem. Tā mērķis ir atbalstīt prasmju, kas veicinās mentālo labklājību darba ...

+ Latvian 0

Aug 22, 2024

E-apmācība ir pieejama angļu, dāņu, somu, grieķu, itāļu, latviešu un portugāļu valodās un sastāv vairākiem moduļiem.

- 1. Mentālā veselība un stresa pārvaldīšanas veidi.**
- 2. Darba ietekme uz mentālo veselību - kā prasmīgi to organizēt?**
- 3. Stresa un trauksmes pārvaldīšana: dzīvesveida izvēles.**
- 4. Mentāli veselīga darba vide: darbiniekiem.**
- 5. Mentālo veselību atbalstoša darba vieta: darba devējiem un vadītājiem.**

3. Podkāstu/video sērijas

- [1. Mental health and small business](#)
- [2. Personal signs](#)
- [3. At work signs](#)
- [4. Look after yourself](#)
- [5. Stay physically and mentally fit](#)
- [6. Looking for support](#)
- [7. Networking](https://www.youtube.com/@mentalhealth4work/videos)
- [8. Tips for a mentally healthy workplace](#)



4. Metodoloģija

- Sadarbības tīklu izveide darbinieku mentālās veselības saglabāšanai



[THE PROJECT](#) ▾ [OUTPUTS](#) [THE PARTNERSHIP](#) [NEWS](#) [E-LEARNING](#) [DATABASE](#) [PODCASTS](#)

[Establishing Networks for Mentally Healthy Workplaces](#)

This document is available in:

[LATVIAN](#)

[PORTUGUESE](#)

[ITALIAN](#)

[GREEK](#)

[DANISH](#)

[FINNISH](#)

Šis projekts ir finansēts ar Eiropas Komisijas atbalstu. Šī darbsemināra prezentāciju un interaktīvās situāciju spēles saturs atspoguļo tikai autoru viedokļus, un Eiropas Komisija nav atbildīga par jebkādu šeit iekļauto informāciju.

Paldies par uzmanību!

www.mentalhealth4work.eu