



VITA - Z boljšim duševnim zdravjem do večje družbene aktivacije mladih

Osrednji namen projekta VITA je krepitev duševnega zdravja mladih kot temeljnega pogoja za njihovo večjo družbeno vključenost in aktivacijo. Glavni poudarek je na prepoznavanju vpliva družbenih razmer, negotovosti in izkušenj socialne izključenosti na duševno zdravje mladih. Dejavnosti se osredotočajo na opolnomočenje mladih ter krepitev podpornega okolja, z namenom izboljšanja njihovega psihosocialnega blagostanja in ustvarjanja pogojev za njihovo večjo stabilnost, participacijo in vključenost v družbo.

Cilji projekta:

- 1 Neposredno lajšanje duševnih stisk
- 2 Krepitev čustvene pismenosti in duševne odpornosti mladih
- 3 Uveljavljanje spolno občutljivega pristopa k duševnemu zdravju
- 4 Povečanje dostopa do participacije za krepitev duševnega zdravja
- 5 Ozaveščanje širše javnosti o pomembnosti duševnega zdravja mladih in pomenu družbenih odzivov

Ciljne skupine:

- **Mladi** – zlasti tisti, ki se soočajo z duševnimi stiskami, občutki izolacije, negotovosti ali socialne izključenosti.
- **Pedagoški delavci in delavke** - strokovni kadri v šolah, ki so v doslednem in neposrednem stiku z mladimi.
- **Strokovna javnost** - deležniki iz področij duševnega zdravja, mladinskega dela, izobraževanja in enakosti spolov.
- **Širša javnost** - starši, skrbniki in zainteresirani posamezniki ter posameznice, ki jih bo projekt nagovarjal z ozaveščevalnimi aktivnostmi.

Ključne aktivnosti:

V okviru projekta bomo izvajali individualna svetovanja in podporne skupine za mlade; organizirali delavnice čustvene pismenosti; izvajali umetniško-kulturne in humanitarne participativne akcije; organizirali usposabljanja za pedagoške delavce in delavke, namenjene krepitevi njihove sposobnosti naslavljanja duševnega zdravja mladih; izvajali javno ozaveščevalno kampanjo o duševnem zdravju mladih.

Posebnost projekta je **spolno občutljiv pristop k duševnemu zdravju**, saj spolne norme vplivajo na način doživljanja, izražanja in prepoznavanja stisk. Takšen pristop omogoča bolj pravično in vključujočo podporo, ki upošteva različne izkušnje mladih ter zmanjšuje tveganje, da bi bile njihove potrebe spregledane ali napačno razumljene. Hkrati spolno občutljiv pristop prispeva k preoblikovanju škodljivih stereotipov in ustvarjanju okolja, v katerem je iskanje pomoči sprejeto in dostopno za vse.

Projekt VITA stremi k trajnim spremembam – tako v življenjih mladih kot tudi v načinu, kako kot družba razumemo in naslavljamemo duševno zdravje.

Kdo smo?

Koordinator: Inštitut za proučevanje enakosti spolov

- Društvo za psihološko svetovanje Kameleon
- IPM Inštitut za politični menedžment
- Mladinski svet Mestne občine Ptuj
- Zavod Mravljica
- Slovenski mladinski orkester

Projekt VITA sofinancira Ministrstvo za javno upravo v okviru javnega razpisa za razvoj in profesionalizacijo NVO in prostovoljstva 2025. Ta letak odraža izključno mnenja avtorja in nikakor ne predstavlja uradnega stališča Ministrstva za javno upravo.

