



YOUTHFUL - Le projet contre le stress au travail

HT Apps a accueilli la réunion transnationale du projet Youthful, un projet cofinancé par le programme Erasmus+ de la Commission européenne.

Le projet en un coup d'œil

Ces dernières années, le déséquilibre entre la vie professionnelle et la vie personnelle s'est aggravé, rendant les implications qui en découlent plus visibles pour la population active. Afin de pouvoir aider les **jeunes** à gérer le **stress lié au travail grâce à la pleine conscience**, à améliorer leur bien-être et leur qualité de vie, le consortium **Youthful** va développer :

- **Un curriculum pour les travailleurs de jeunesse**
- **Une application web**

Le **Curriculum** permettra aux travailleurs de jeunesse d'acquérir toutes les **théories et connaissances** sur l'approche de la pleine conscience, afin d'aider les jeunes à surmonter le stress sur leur lieu de travail, tandis que **l'application web** permettra aux travailleurs de jeunesse de partager leurs connaissances sur la pleine conscience avec les jeunes, grâce à des **méthodes modernes et à un contenu motivant**.

Réunion transnationale de projet à Catane, en Italie

Les 10 et 11 novembre, HT Apps a accueilli la **réunion transnationale du projet Youthful (TPM)**, qui réunit dans un même but **7 partenaires de sept pays** (Suède, Autriche, Italie, Grèce, Portugal, Chypre, France). Le TPM, qui s'est tenu à Catane, en Italie, a commencé par une pratique de **pleine conscience**, menée par **l'ONG PositiveYOUth** - coordinatrice du projet - afin d'illustrer et de reproduire les valeurs fondamentales du projet. Le TPM a donné l'occasion au consortium de **partager des idées et d'approfondir les discussions** et les détails des questions administratives et des **résultats du projet** dans le but de les rendre aussi efficaces que possible. Une attention particulière a été accordée au **Curriculum** - dont le responsable est **VAEV (Autriche)** - qui est déjà en cours de développement. **Une structure avec des chapitres spécifiques** a été définie par le consortium et chaque **chapitre** a été attribué à **un partenaire**. À la fin de la réunion, le consortium a visité la très appréciée **Catane**, ville dynamique et colorée, située au pied de **l'Etna**, le plus haut volcan actif de la plaque eurasiennne. Ce fut également l'occasion pour les membres du projet de se **rapprocher, d'échanger les meilleures pratiques et de renforcer la collaboration**, qui est essentielle pour obtenir des résultats ayant le plus grand impact possible.

Prochaines étapes

Les chapitres du Curriculum seront bientôt remis au coordinateur, et d'ici la mi-février **le Curriculum sera prêt en anglais** pour être traduit dans toutes les langues des partenaires. En ce qui concerne **l'application web**, le TPM a également été utile pour mieux définir ses fonctionnalités et les sections à mettre en conformité avec les objectifs de l'application. En particulier, **E-Juniors** participe au développement de la **recherche et des résultats du Curriculum**, et à la **rédaction des contenus** du Curriculum et de l'application web. Il est également responsable de la **dissémination** du projet.

Pour plus d'informations sur **Youthful** et les autres initiatives **E-Juniors** :

[Site web E-Juniors](#)

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

[Instagram](#)