

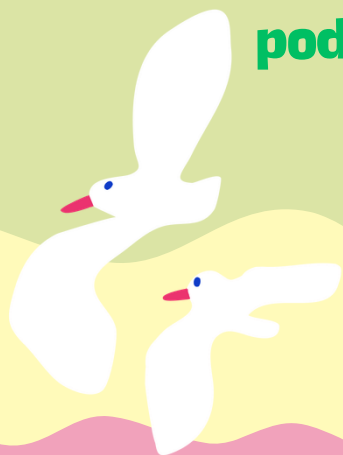


Co-funded by
the European Union

**HEALTHY
MIND,
HEALTHY
CHILD**

PRIOPĆENJE ZA MEDIJE #3

Inovativne aktivnosti terapije na otvorenom za podršku emocionalnoj dobrobiti djece



Projekt Zdrav um, zdravo dijete (HMHC) uvodi inovativne pristupe podršci mentalnom zdravlju putem terapije avanturama na otvorenom.

Ova metodologija kombinira tjelesnu aktivnost, timski rad i iskustva u prirodi kako bi pomogla djeci da razviju emocionalnu otpornost i vještine suočavanja. Aktivnosti poput planinarenja, grupnih izazova i istraživanja na otvorenom pružaju sigurno okruženje u kojem djeca mogu izgraditi samopouzdanje i ojačati društvene veze.

Istraživanja pokazuju da aktivnosti u prirodi mogu značajno poboljšati emocionalnu regulaciju, smanjiti stres i unaprijediti socijalne vještine među mladima.

