

HEALTHFIT

Promoting wellbeing in youth

Obiettivi:

- * Fornire agli operatori giovanili nuove e specifiche competenze sull'importanza di una dieta salutare e di una regolare attività fisica
- * Presentare nuovi metodi per entrare in contatto con i giovani spiegando i benefici e i vantaggi di un'alimentazione bilanciata e di praticare regolarmente attività fisica
- * Aumentare la consapevolezza degli operatori giovanili sull'importanza di assumere stili di vita salutari per aumentare le proprie aspettative di vita e le opportunità professionali
- * Incoraggiare lo scambio di esperienze, buone prassi, usi, costumi, tradizioni, ricette e promuovere la cooperazione tra l'Europa e i paesi del Partenariato Orientale

Attività: 15-23 Novembre 2014

Il corso di formazione è caratterizzato dall'utilizzo di metodologie non formali. Le attività previste includono: dibattiti, discussioni, attività di gruppo, eventi culturali, laboratorio di cucina e scambio di buone pratiche

Segui il progetto [IN AZIONE](#)

Risultati:

- * Il [Portfolio HEALTHFIT](#) descrive gli strumenti utilizzati, le metodologie sviluppate e le buone pratiche scambiate durante il progetto. I partecipanti hanno messo in pratica le nuove competenze acquisite realizzando uno strumento utile a tutti coloro che lavorano con i giovani, con particolare attenzione al benessere, all'attività fisica e alla sana alimentazione.
- * La [Relazione Pubblica](#) intende condividere l'esperienza di Healthfit, un corso di formazione su stili di vita attivi, sana alimentazione e benessere come strumento per prevenire malattie e problemi di salute

Partners:

- * Coordinatore: CESIE (Italia)
- * Know and Can Association (Bulgaria)
- * Crossing Borders (Danimarca)
- * Mhtconsult (Danimarca)
- * Haus der offenen Tür "HOT" (Germania)
- * Kinonikes Sineteristikos Drastiriotites Efpathon Omadon "EDRA" (Grecia)
- * Asociatia Pentru Tineret "Sakura" (Romania)
- * Kulturno izobrazevalno drustvo PiNA (Slovenia)
- * Centar za odgoj i obrazovanje Tomislav Spoljar (Croazia)
- * Kauno miesto socialiniu paslaugu centras (Lituania)
- * World Independent Youth Union (Armenia)
- * Democratic Youth Public Union (Azerbaijan)
- * Belarusian Youth Public Union New Faces (Belorussia)
- * Europe Our House (Georgia)
- * Asociatia Obsteasca Central de dezvoltare si sustinere a initiativelor cetatenilor Resonance (Moldavia)
- * All-Ukrainian Association for Youth Co-operation ALTERNATIVE-V (Ucraina)
- * Mykolaivska Miska Molodizhna Hromadska Organizatsiya "Iskra" (Ucraina)

Date di realizzazione progetto: 01/07/2014 – 30/06/2015

DG di riferimento: DG EAC, Agenzia Nazionale (Italia), Erasmus+, [Key Action 1, Mobilità per operatori giovanili](#)

Contatto: partnership@cesie.org



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.