



Óbudai Vállalatok az Óbudai Gyerekek mentális egészségéért!

Helyi vállalatok összefogása a III. kerületi fiatalok mentális egészségéért

Egy óbudai ügy, amely mindannyiunk ügye. A fiatalok mentális egészsége közös felelősségünk. A Kamasztér Alapítvány elemzése szerint a szorongás, stressz, depresszió, egyre több gyermeket érint. A mentális nehézség gyakran nem azzal kezdődik, hogy egy fiatalnak komoly problémája van. Sokszor korábban megjelennek olyan jelek, amelyeket ő maga vagy a környezete még nem ismer fel. **A korai felismerés, a megfelelő kapcsolódás és a segítségkérés képessége ezért a mentális egészségvédelem egyik fontos eszköze.**

Az **Óbudai Vállalatok az Óbudai Gyerekekért** program célja, hogy a III. kerületben működő vállalatok összefogásával minél több helyi gyermek és fiatal jusson hozzá olyan élményalapú programhoz, amely segít felismerni a lelki nehézségeket, megérteni azok hátterét, és megtalálni a segítséghez vezető utat.

A program szakmai megvalósítója a **Kamasztér Alapítvány**.

A program fővédnöke: **Sziget Kulturális Manager Iroda**

A 'Nem vagy egyedül' „szabadulószoa egy innovatív, élményalapú mentális egészségfejlesztő program általános és középiskolások számára. A játék a fiatalok saját világának valós „csapdahelyzeteit” mutatja be játékos formában. A virtuális világból akkor tudnak csak kiszabadulni, ha a magány, a zaklatás, a stressz, az önbizalomhiány vagy a testképzavar jeleit felismerik és megoldást is találnak ezekre a problémákra. Fotók, közösségimédia-posztok, személyes üzenetek, rejtvények, kódfejtés, útvonalak és labirintusok vezetik őket végig a történeten. A játék végén minden megszerzett tudására szükségük lesz a kiszabaduláshoz. A játék pszichológusok által vezetett beszélgetéssel zárul, majd minden résztvevő lehetőséget kap egyéni konzultációra az alapítvány ChatHelp platformján.

A szabadulószoa program játékosan fejleszti az empátiát, az együttműködési és a problémamegoldó készséget. Ezenkívül lehetőséget ad a gyerekek számára a saját tapasztalataik megosztására, nehézségeik átbeszélésére és a segítségkérésre. A fiatalok így saját élményen keresztül tapasztalják meg, hogy a nehézségekkel nem feltétlenül kell egyedül megküzdeniük, a segítségkérés nem gyengeség, hanem lehetőség és a kapcsolataink fontos erőforrást jelentenek.

A 'Nem vagy egyedül' szabadulószoa hozzájárul a mentális problémákkal kapcsolatos előítéletek és stigmatizáció csökkentéséhez, a párbeszéd erősítéséhez, valamint a nyitottsághoz és szolidaritáshoz, mely elfogadóbb társadalmat eredményez.





Óbudai Vállalatok az Óbudai Gyerekek mentális egészségéért!

	1. Élmény	2. Hatás	3. Közös ügy
Ajánlati ár	350 000 Ft	1 750 000 Ft	5 250 000 Ft
Szabadulószoba résztvevők	1 osztály	1 évfolyam	1 iskola
Szakmai programvezetés	✓	✓	✓
Záró feldolgozó beszélgetés	✓	✓	✓
ChatHelp platform	✓	✓	✓
Résztvevői visszajelzés	✓	✓	✓
Hatásösszefoglaló	–	✓	✓
Elő-/utómérés	–	✓	✓
Pedagógusi visszajelzés	–	–	✓
Részletes társadalmi hatásriport –	–	–	✓

Miért jó ez a vállalatnak?

- ✓ **Helyi hatás:** A támogatás a vállalat működési környezetében élő gyerekekhez jut el.
- ✓ **Valódi társadalmi ügy:** A vállalat a fiatalok mentális egészségének javításához járul hozzá, mely egyre romló tendenciát mutat.
- ✓ **Mérhető eredmény:** A vállalat nem egyszerűen pénzügyi támogatást nyújt: egy konkrét helyi ügy megoldásában vesz részt.
- ✓ **Erősebb lojalitás:** A munkatársak saját kerületük gyermekeinek támogatásán keresztül kapcsolódhatnak a vállalat társadalmi felelősségvállalásához.

