

# PROJEKTÜBERSICHT

## „Mental health 2026 - 27“

### PROJEKTRÄGER:

Verein zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien, Fockygasse 33, 1120 Wien

Theresa Fuchs

Tel.: [+43 664 4557510](tel:+436644557510)

E-Mail:

[theresa.fuchs@mentalhealthdays.eu](mailto:theresa.fuchs@mentalhealthdays.eu)

### LAUFZEIT:

16.03.2026 – 31.07.2028

### ZUORDNUNG:

AKTIONSFELD 3

„Stärkung der für das Gemeinwohl wichtigen Strukturen und Funktionen“

### Entwicklungsziel:

Es gibt Maßnahmen zu Verbesserung der gesellschaftlichen Teilhabe und/oder körperlicher und psychischer Gesundheit von vulnerablen und benachteiligten Gruppen.

**FÖRDERQUOTE:** 70%

**KOSTEN gesamt:** € 45.199,78

**EIGENMITTEL:** 30%, d.s. 13.559,93

**FÖRDERUNG:** 70%, d.s. € 31.639,85



Co.: Mental healthdays

### KURZBESCHREIBUNG:

Die psychische Gesundheit von Jugendlichen hat sich in den letzten Jahren, verstärkt durch Pandemie und globale Krisen, deutlich verschlechtert. Das Projekt „**Mental Health Days**“ bietet niederschwellige, präventive Maßnahmen direkt in den Schulen an, enttabuisiert psychische Belastungen, vermittelt Handlungskompetenz und informiert über regionale Hilfsangebote, bevor Krisen eskalieren. Ziel ist die Prävention suizidaler Krisen durch frühes Handeln, Sensibilisierung der Jugendlichen und Förderung der mentalen Gesundheit.

In der Region besteht ein hoher Bedarf: neun Schulen haben bereits Interesse bekundet. Die Herausforderung besteht darin, alle interessierten Schulen flächendeckend mit einem qualitätsgesicherten Programm zu erreichen – was ohne Förderung finanziell nicht umsetzbar wäre.

### ALLGEMEINE ZIELE:

- Psychische Widerstandskraft stärken: Jugendliche lernen, Warnsignale früh zu erkennen und Krisen selbst zu bewältigen
- Enttabuisierung & Mental Health Literacy: Hemmschwellen gegenüber psychischer Gesundheit und professioneller Hilfe abbauen.
- Regionale Versorgung stärken: Schulen werden mit lokalen Fachkräften und Beratungsstellen vernetzt, Versorgungslücken im ländlichen Raum geschlossen.
- Systemische Wirkung & Nachhaltigkeit: Pädagog:innen und Eltern werden einbezogen
- langfristige Verbesserung von Lebensqualität, sozialem Zusammenhalt und Ausbildungsfähigkeit

### MASSNAHMEN:

- **Workshops für Schüler:innen:** Durchführung von interaktiven Modulen an 9 Schulen (Dauer ca. 4 Unterrichtseinheiten).
- **Informationsmodule für Pädagog:innen:** Sensibilisierung der Lehrkräfte für psychische Belastungen bei Schüler:innen und Handlungssicherheit im Krisenfall.
- **Elternabende:** Einbindung der Erziehungsberechtigten, um das familiäre Umfeld zu stärken und über Hilfsangebote zu informieren.
- **Digitale Nachbereitung:** Bereitstellung von Informationsmaterial und Zugang zu digitalen Kanälen