

## Pressemitteilung

### **Mentale Gesundheit, Zivilcourage & Demokratie: Workshops in Osttirol**

#### ***youngCaritas begeistert Schüler\*innen mit vielfältigem Workshopangebot***

Vergangene Woche war das Team der youngCaritas drei Tage lang an Osttiroler Schulen im Einsatz. Mit im Gepäck: ein breites Workshopangebot zu aktuellen gesellschaftlichen und persönlichen Themen, das von den Schüler\*innen mit großem Interesse angenommen wurde.

Im Mittelpunkt der Workshops standen mentale Gesundheit, der Umgang mit Einsamkeit, digitale Zivilcourage sowie Demokratiebildung. Ziel war es, junge Menschen in ihrer Persönlichkeit zu stärken, sie für gesellschaftliche Verantwortung zu sensibilisieren und ihnen Raum für Austausch und Reflexion zu bieten.

„Unsere Workshops greifen Themen auf, die junge Menschen unmittelbar betreffen“, erklärt Claudia Schütz, Leiterin der youngCaritas. „Ob es um psychische Gesundheit, respektvolles Verhalten im digitalen Raum oder die Bedeutung von Demokratie geht – wir wollen Jugendliche ermutigen, hinzuschauen, Verantwortung zu übernehmen und ihre eigenen Ressourcen zu stärken.“

Angeboten wurden folgende Workshops:

- Mind matters. Psychische Ressourcen stärken
- Likes ≠ Love. Gemeinsam gegen Einsamkeit
- Digitale Zivilcourage
- Demokratie. Jetzt oder nie!

Insgesamt wurden im Rahmen der Workshop-Reihe acht Workshops an vier Schulen (Fachschule für wirtschaftliche Berufe Lienz, HAK Lienz, Tiroler Fachberufsschule Fachbereich Handel und Büro, MS Nußdorf-Debant) in Osttirol besucht. Die Rückmeldungen der teilnehmenden Schüler\*innen und Lehrkräfte waren durchwegs positiv – viele schätzten besonders die interaktive Gestaltung und den direkten Bezug zur Lebensrealität junger Menschen.

Mit den Workshops leistet die youngCaritas einen wichtigen Beitrag zur Stärkung von mentaler Gesundheit, sozialem Zusammenhalt und demokratischen Werten bei Jugendlichen.