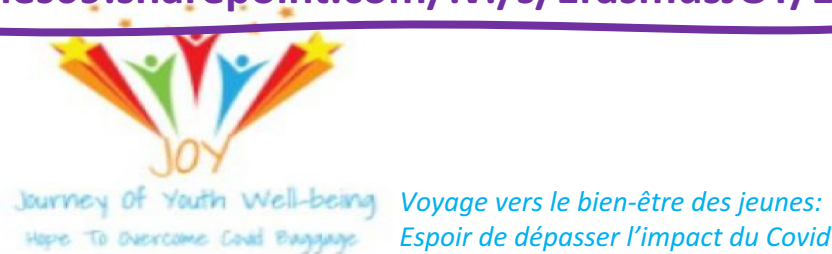


Zoom sur la phase de diffusion et de promotion de l'Echange de Jeunes Erasmus + JOY

Zoom on dissemination phase in JOY Erasmus + Youth Exchange

Lien Vidéo JOY - Link to JOY Video

https://gones69.sharepoint.com/:v:/s/ErasmusJOY/EaiDpP_D-AhMuFfMQJXIWI4BRwBriOdtPmuJDTZTeB82Aw



Project hashtag - Le hashtag du projet
#youthmentalhealthformula

Project social media – Les réseaux sociaux du projet
IG https://www.instagram.com/joy_erasmus2023/
FB <https://www.facebook.com/joy.erasmus2023>

Pourquoi ce thème ?

Candidature de la coordinatrice Pascale Cochet et la facilitatrice Magdalena Ilieva acceptée par Erasmus + France.
Après le Covid et vue une bonne coopération passée, volonté commune d'explorer les besoins des jeunes.
Chaque organisation a apporté des compétences utiles à JOY.



FRANCE : GONES Force 6, organisation hôte, impliquée dans 'l'éducation populaire', en complément de l'Ecole

Actions d'éducation in/non/formelle pour aider à progresser, évoluer à tout âge en réponse aux besoins identifiés: projets, activités culturelles/citoyennes/ludiques, aider (conseil, méthode, orientation), développer la créativité, renforcer compétences culturelles/linguistiques.
Buts : promotion multi-culturalisme/linguisme, partage d'émotions, acceptation des différences, prise de confiance en soi, hors routine.

Les partenaires

MACEDOINE DU NORD : ACADEMY EUROART Association for education, art, culture

<https://www.facebook.com/profile.php?> <https://www.instagram.com/akademija.euroart/>

Activités sur la créativité, la danse, l'organisation d'événements publics.



KOSOVO : NGO THY <https://www.facebook.com/thy.ojq> <https://www.instagram.com/thy.ojq/>

Compétences : résolution de problèmes, prise de décision, leadership, aide à contribuer aux développements communautaires comme citoyens engagés/actifs.



AUTRICHE : NGO Milat -migration latinos <https://www.facebook.com/milataustria/> <https://www.instagram.com/milataustria/>

Intégration des communautés de migrants en Autriche, dont les latinos (3 Colombiens faisaient partie de leur groupe).

Domaines clés : inclusion, coopération internationale, travail social, éducation, santé/sports, ouverture sur la culture et la société.



TURQUIE : Zihnilatif Derneği https://www.instagram.com/zihni_latif/

Sensibilisation au travail de jeunesse, organisation de rencontres d'information des jeunes, des cours de théâtre (méthodes créatives (théâtre, musique, dessin, danse)) pour sensibiliser (égalité femmes-hommes, migrants, réfugiés, violences...).

Groupes cibles : jeunes, migrants, personnes ayant moins d'opportunités, adultes.

Objectif : développement d'aptitudes et compétences en via l'éducation non formelle et l'ouverture d'esprit.



Tous ces partenaires, complémentaires ont pu animer au moins un atelier, avec les facilitateurs.



Why this theme?

Application form of the coordinator Pascale Cochet and the facilitator Magdalena Ilieva had been accepted by the French Agency. Following the Covid crisis and given their good past cooperation, common volunteer to explore the needs of young people. Each organization brought useful skills to JOY.



FRANCE : GONES Force 6, host organisation involved in 'popular education', in addition to schools

Informal/non-formal education actions to promote the ability to progress/evolve at any age through cultural/civic/playful actions, projects to meet identified needs, provide support (advice, method, orientation), develop a spirit of creativity, strengthen cultural/linguistic skills.

Aims : promotion of multi-culturalism/multi-linguism, sharing emotions, accepting differences, gaining self-confidence, escaping from the daily routine.

Our partners

NORTH MACEDONIA : ACADEMY EUROART

Association for education, art, culture <https://www.facebook.com/profile.php?> <https://www.instagram.com/akademija.euroart/>

Activities on creativity, dance, organization of public events.



KOSOVO : NGO THY <https://www.facebook.com/thy.ojq> <https://www.instagram.com/thy.ojq/>

Skills : problem solving, decision making, leadership, helping to contribute to future community developments as engaged/active citizens.



AUSTRIA : NGO Milat -migration latinos <https://www.facebook.com/milataustria/> <https://www.instagram.com/milataustria/>

Integration of migrant communities in Austria, namely Latino migrants (3 Colombians were part of their group).

Key areas : inclusion, international cooperation, social work, education, health and sports, openness to culture and society.



TURKEY : Zihnilatif Dernegi https://www.instagram.com/zihni_latif/

Raising awareness of youth work, information meetings for young people, theater courses (creative methods (theater, music, drawing, dance)) to raise awareness (equality between women and men, migrants, refugees, violence, etc.). .).

Target groups: young people, migrants, people with fewer opportunities, adults.

Aim : to develop skills and competences through non-formal education and open-mindedness.



All these complementary partners were able to lead at least one workshop with the facilitators.



Description du projet JOY

"Voyage pour le Mieux-Etre de la Jeunesse - Espoir de surmonter l'impact du Covid ?" dit JOY

Echange de jeunes : 25 participants, 5 chefs de groupe de 5 pays (France, Turquie, Macédoine du Nord, Kosovo, Autriche),
2 facilitateurs (Macédoine, Kosovo), plus en moyenne 5 bénévoles de GF6 par jour.

- ✓ Equilibre global entre les sexes (pas d'autres sexes ; apport de bénévoles de GONES Force 6 a favorisé la proportion d'hommes).
- ✓ Sélection d'au moins 3 participants avec moins d'opportunités par groupe.
- ✓ Dates : 4 au 11 février 2023, avec le soutien de l'agence française d'Erasmus+.
- ✓ A noter : arrivée des facilitateurs un jour plus tôt et départ 5 jours après.

JOY = partage de cultures, travail sur santé mentale, mieux-être, renforcement de la résilience, gestion des émotions.

Apprentissage par la pratique, méthodes non formelles (discussions, travail d'équipe, débats, activités culturelles).

Déroulement : se connaître, établir une confiance dans un espace sûr pour réfléchir sur la santé mentale.

But : comprendre l'importance de la santé mentale, à en parler ouvertement, lutter contre sa stigmatisation.

Ce sujet difficile de la santé mentale a été abordé progressivement.



Description of project JOY

"Journey for the Well-Being of Youth - Hope to overcome the impact of Covid?" or JOY

A Youth Exchange : 25 participants, 5 groups leaders from 5 countries (France, Turkey, North Macedonia, Kosovo, Austria),
2 facilitators (Macedonia, Kosovo), plus an average of 5 volunteers of GF6 per day.

- ✓ Gender balance ensured globally (participation of other genders encouraged without positive results).
The contribution of volunteers of GONES Force 6 increased the proportion of men among the participants.
- ✓ Selection of at least 3 participants with fewer opportunities in each group.
- ✓ Dates : from February 4 to 11, 2023, with the support of the French Erasmus+ agency.
- ✓ To be noted : the facilitators arrived a day earlier and left 5 days later.

JOY = sharing cultures, working mental health/emotional well-being, building resilience, managing emotions.

All sessions used learning-by-doing, non-formal learning methods such as discussions, teamwork, moving debates and cultural activities.

Tailoring of the sessions : to begin to get to know each other, to build trust in a safe space where they would reflect on their understanding and experience of mental health.

Aims : to understand the importance of mental health, empower to speak openly about it, challenge its stigma.

This difficult subject of mental health was approached gradually.



Déroulement de l'échange de jeunes JOY

✓ Des sessions visaient à développer des compétences pour renforcer résilience et gestion des émotions.

Objectif : aider à développer des capacités à exprimer, interpréter leurs propres émotions
connaître des pratiques pour soutenir une santé mentale positive.

Observation : difficulté pour eux d'évoluer,
de parler des sentiments qu'ils ont eus pendant la crise du Covid/depuis.

✓ Les jeunes ont aussi participé à une **réunion avec deux représentants de Saint-Martin en Haut**, ce qui leur a donné l'occasion d'agir en tant **qu'acteurs du changement, sur ce thème de la santé mentale**.

✓ Ils ont contribué à une **campagne sur les médias sociaux** avec des messages sur **#Youthmentalhealthformula**. Ils ont découvert l'importance de sensibiliser la population à la santé mentale.

✓ Des activités aidaient également à **préparer des idées de suivi et de diffusion des résultats**.

✓ Plusieurs **soirées** ont été organisées pour :

- que chaque groupe présente son pays et sa ou ses culture-s (soirées interculturelles),
- regarder des films,
- jouer à des jeux, à l'intérieur ou à l'extérieur car le temps était très clément pour la saison.

✓ Lors du séjour, **des sessions spécifiques visaient à assurer que besoins et attentes étaient satisfaits**:

- réfléchir à leurs résultats d'apprentissage
- et évaluer les activités en tant que mécanisme

Les petits changements entre les calendriers initial et réel, faits par la facilitatrice, sont :

- dus aux réponses questionnaire initial envoyé à chaque participant et chef de groupe,
- et sont donc une réponse à leurs besoins, attentes ou suggestions.



Running of the JOY Youth Exchange

- ✓ Sessions aiming to help participants develop skills to strengthen their resilience, manage their emotions
- Goals : to help them develop the ability to express/interpret their own emotions
to learn about practices to support positive mental health
- Observation : difficulty for them to evolve, to talk about the feelings they had during the Covid crisis/since.
- ✓ The participants also took part in a meeting with two representatives of Saint-Martin en Haut, which gave them the opportunity to act as change-makers on mental health.
 - ✓ They contributed to a social media campaign by posting messages with the #Youthmentalhealthformula. They discovered the importance of raising awareness about mental health.
 - ✓ Some activities also helped prepare ideas for follow-up and dissemination of results.
 - ✓ Several evenings were organized to:
 - let each group present its country and its culture(s) (intercultural evenings),
 - watch movies,
 - play games, both indoors and outdoors as the weather was very good for the season.
 - ✓ During the stay, specific sessions aimed to ensure that needs and expectations were met:
 - reflecting on the learning outcomes
 - evaluating activities as a mechanism

The small changes between the initial and actual calendars, made by the facilitator, are due to :

- the responses to the initial questionnaire sent to each participant and group leader
- and are therefore a response to their needs, expectations or suggestions.



Prise en compte de la question du développement durable dans JOY

- Fourniture: un gobelet aux couleurs de JOY, afin de limiter l'usage du carton
- Discussion : la problématique de la préservation de la ressource rare qu'est l'eau en France
(demande de veiller à prendre des douches les plus courtes possibles)
- Découverte : dans des pays partenaires, les participants mangent de la viande 3 fois par jour
- Explications : en France : consommation de viande en baisse pour : économiser les ressources de la planète,
et aussi pour une meilleure santé
nombre de jeunes végétariens ou végans

Consideration of sustainable development matters during JOY

- Delivery : a cup with the JOY logo, to limit the use of cardboard
- Discussion : the problem of preserving water resources notably in France
(asking them to take showers as short as possible)
- Discovery : in partner countries, participants eat meat 3 times a day
- Explanations : in France : meat consumption was decreasing : to save the planet's resources,
and too, for a better health
many young people were vegetarians or vegans.



- ✓ **Réunions d'organisation et d'information:** 'Etablissement de règles'
'Educations formelle/non formelle/informelle'
'Présentation du programme Erasmus +'
'Introduction au YouthPass'
'Evaluation finale'.

Objectif : en savoir plus sur les règles vie commune
Apprentissage : vivre ensemble dans un environnement différent
Question de la nourriture : adaptations dans les repas

- ✓ **Organisation and information meetings:** 'setting rules'
'formal/non-formal/informal education'
'presentation of the Erasmus + program'
'introduction to the YouthPass'
'final evaluation'

Objective : to learn more about rules of community life
Learning : to live together in a different environment
Food question of food : adaptations in meals



✓ Ateliers découverte, connaissance des autres et teambuilding :

- 'apprendre à se connaître'
- 'team building'
- 'espoirs, peurs et contributions'
- et 'groupes de réflexion'.

Objectifs : amener les participants à se connaître et à apprendre à vivre, à travailler en groupe tout au long du projet en développant des attitudes bienveillantes, comportements respectueux et tolérants les uns envers les autres.

Apprentissages : écouter les autres, accepter les différences

Observations : Echanges très bons et sincères entre les jeunes de différentes nationalités
Bon fonctionnement du groupe, production d'un contenu riche et varié.

✓ Discovery, ice-breaker and teambuilding workshops:

- 'learning to know each other'
- 'team building'
- 'hopes, fears and contributions'
- 'think tanks'

Objectives : to allow the participants to get to know each other, to learn to live and work in a group throughout the project by developing kind attitudes, a respectful/tolerant behavior towards others

Learnings : to listen to others, to accept differences

Observations : Very good and sincere exchanges between young people of different nationalities
Good work from the group, rich and varied content production



✓ **Activités de bien-être :**

'Eveiller vos sens'
 'Etapas pour ressentir'
 'Lutter contre votre anxiété'
 'Reconnectez-vous à la nature'
 'Bien-être'

But : mieux comprendre émotions/sentiments, savoir les décrire, avoir une pleine conscience de l'environnement.

Attitudes : apprendre à écouter corps/esprit, découvrir leur interconnexion, être conscient des liens avec l'environnement.

- ➔ Découverte, expressions des émotions vécues pendant le COVID
- Apprentissage de la gestion des émotions avec des techniques simples.
- Focus sur les ressources potentielles pour les temps difficiles : boîte à outils de ressources, stratégies d'auto-assistance
- Meilleure compréhension des concepts de pleine conscience, de résilience et de gratitude

✓ **Well-being workshops :**

'Awaken your senses'
'Steps to feel'
'Fighting against anxiety'
'Reconnecting with nature'
'Well-being'

Aim : to better understand emotions/feelings, to know how to describe them, to become fully aware of the environment.

Behaviours : learning to listen to one's body/mind, discovering their interconnection, being aware of the links with one's environment.

- ➔ *Discovery, expression of emotions experienced during the COVID crisis*
- Learning about simple emotional management techniques.*
- Focusing on identifying potential resources for hard times : toolkit of self-help resources, strategies to stay balanced.*
- A better understanding of the concepts of mindfulness, resilience and gratitude.*



✓ Ateliers techniques sur la santé mentale :

'Qu'est-ce que la santé mentale'

'Distorsions cognitives'

'Continuum de la santé mentale'

'Théâtre des hormones'

'Boîte à outils de gestion émotionnelle et résilience'

'Ondes positives'



Objectifs : reconnaître les signes de problèmes de santé mentale,
savoir comment entamer une conversation sur la santé mentale,
comprendre ce qui affecte la santé mentale au quotidien.

Explications : principales hormones gérant le comportement d'un être humain.

Discussions et exercices sur la communication sur les réseaux sociaux : comment analyser les Post ou les photos ?

Analyse de la pensée dominante : réfléchir à des moyens de différencier et de réfléchir à l'impact sur la santé mentale

✓ *Technical workshops on mental health:*

'What is Mental Health'

'Cognitive Distortions'

'Mental Health Continuum'

'Hormones Theatre'

'Emotional Management and Resilience Toolkit'

'Winning Streams'

*Objectives : to recognize the signs of mental health problems,
to learn how to start a conversation about mental health,
to understand what affects mental health daily*

Explanations : the main hormones that manage the behaviour of a human being

Discussions and exercises on communication on social networks: how to analyse posts or photos?

Exploration of the dominant way of thinking : to be able to brainstorm ways to think differently, reflect on the impact on mental health.



✓ **Activités interculturelles et amicales:**

'Soirées et nuits interculturelles'

Atelier Autrichien : 'santé mentale dans différentes cultures'

Atelier Macédonien : 'art et santé mentale'

Atelier Turc: 'Plaine conscience'

Atelier Kosovar : 'le pouvoir de la diffusion'.

Les objectifs de ces actions étaient de découvrir d'autres cultures : langues, traditions, gastronomie. Les participants ont saisi les différences culturelles, ont essayé de s'y adapter, ont dépassé leur milieu de vie national. Ils étaient heureux de découvrir et de connaître les cultures des différents pays avec beaucoup de convivialité. Ils ont compris que la crise Covid ne fut pas vécue pareil partout.

✓ **Intercultural and friendly workshops:**

'Intercultural Evenings and Nights'

Austrian group workshop: 'Mental Health in Different Cultures'

Macedonian group workshop: 'Art and Mental Health'

Turkish group workshop: 'Mindfulness'

Kosovar group workshop: 'The Power of Dissemination'.

The objectives of these actions were to discover other cultures: languages, traditions, gastronomy.

The participants grasped cultural differences, tried to adapt to them, went beyond their national living environment.

They were happy to discover and get to know the cultures of different countries with great conviviality.

They found that the Covid crisis had not been experienced the same everywhere.



Les participants ont appris à reconnaître symptômes, fonctionnement émotionnel du stress avec description des sentiments : Tristesse Anxiété Peur Sentiment d'abandon Sentiment de solitude...

Ainsi, ils ont pu exprimer les ressentis pendant la crise COVID.

Cette partie était très importante pour les jeunes, pour les aider à : expliquer leurs sentiments

détecter des signes de dégradation de la santé mentale utiliser des outils pour s'y adapter (inconnus lors du COVID).

Ils ont développé une plus grande confiance en eux-mêmes et en les autres pour faire face à ces crises.

Ils ont aussi compris :

- l'importance de communiquer avec professionnels de santé, amis, relations, famille (ne pas être isolé)
- que la communication verbale était très importante par rapport à leurs us sur les médias sociaux.

Ils ont appris à analyser l'information des réseaux sociaux, ce fut une vraie découverte pour certains.

La connaissance de soi, du corps n'était pas évidente pour les plus jeunes (moins d'expérience de vie).

Participants learned to recognize the symptoms and emotional functioning of stress with a description of feelings: Sadness Anxiety Fear Feeling of abandonment Feeling of loneliness...

Thus, they were able to express their feelings during the COVID crisis.

This part was very important for the young people, to help them: explain their feelings

detect signs of deteriorating mental health use tools to adapt to it (unknown during COVID).

They have developed greater confidence in themselves and in others to deal with such crises.

They also understood:

- *the importance of communicating with health professionals, friends, relations, family (not being isolated)*
- *that verbal communication was very important in relation to their use of social media.*

They learned to analyse information from social networks, which was a real discovery for some of them.

Awareness of one's body was not obvious for the youngest participants (less life experience).



✓ **Rencontre avec des élues locales sur le lieu de l'échange (l'Orée du Bois) puis dans la commune de Saint Martin en Haut elle-même.**

L'objectif était d'expliquer le fonctionnement de leur commune et leur gestion du Covid. Les élues ont reconnu que la santé mentale était peu prise en compte.

Des visites du village ont été faites un après-midi « libre » :

- Ruines du château féodal,
- Exposition sur l'écriture dans l'Histoire et le Monde,
- Visite de l'Eglise pour ceux qui le voulaient,
- Ballade dans les rues

En fin d'après-midi, les élues ont présenté la mairie, la salle des réunions municipales.

✓ **Meeting with municipal representatives at the place of the exchange (l'Orée du Bois) then in the town of Saint Martin en Haut itself.**

The objective was to explain the functioning of their city and their management of the Covid crisis.

The municipal representatives acknowledged that insufficient consideration was given to mental health.

The village was visited on a "free" afternoon:

- *Ruins of the feudal castle,*
- *Exhibition: "Writing Throughout History and Around the World",*
- *Visit of the church for those who wanted to,*
- *Walk in the streets*

At the end of the afternoon, the municipal representatives presented the town hall and the municipal meeting room.



- ✓ Autonomisation pour identifier et exprimer sentiments et besoins, pour parler ouvertement de la santé mentale et lutter contre la stigmatisation des problèmes de santé mentale.
 - ✓ Développement de nouveaux acquis avec des techniques pour gérer émotions, bien-être mental et renforcement de la résilience.
 - ✓ Effet positif sur le développement personnel de chacun (Toutes les activités conçues pour).
 - ✓ Amélioration des compétences linguistiques des participants, via un apprentissage non formel.
 - ✓ Acquisition de deux autres compétences importantes :
 - Travail en environnement multi-culturel/national, avec des jeunes marginalisés/ayant moins d'opportunités,
 - Encouragement de la créativité et du pouvoir d'agir.
- Ces compétences sont nécessaires pour aider à partager les connaissances avec d'autres.
- ✓ *Empowerment to identify and express feelings and needs, to speak openly about mental health and to challenge the stigma on mental health issues.*
 - ✓ *Development of new skills with techniques to manage emotions, mental well-being, building resilience.*
 - ✓ *Positive effect on everyone's personal development (All activities were designed for it).*
 - ✓ *Improved language skills, acquired through non-formal learning.*
 - ✓ *Acquisition of two other important skills:*
 - *Working in a multi-cultural/national environment, with marginalized young people/people with fewer opportunities,*
 - *Encouragement of creativity and the power to act.*

These skills are needed to help share knowledge with others.



'Sentir la nature, écouter le cerveau, vivre le moment présent'
'Le pardon de soi est essentiel pour l'auto-guérison' 'Écouter, ne pas juger'
'JOY n'a pas de frontière' 'Exprimer ses sentiments, c'est 'OK'
'Belle occasion d'en apprendre plus sur la santé mentale, de se faire des amis de différentes cultures'
'La santé mentale n'est pas une maladie mais un processus'.
'Il s'agit de la façon dont vous conduisez, pas de l'endroit où vous allez',
'Les problèmes mentaux ne sont pas un échec personnel',
'La vie est le plus beau cadeau de tous les temps, alors profitez de chaque seconde,
de chaque instant et ne réfléchis pas trop'
'Les échanges multiculturels renforcent la santé mentale'
'Rejoignez ERASMUS ! il s'agit de différentes façons d'apprendre'.

'Feel nature, listen to your brain, live in the present'
'Self-forgiveness is essential for self-healing' 'Listen, don't judge'
'JOY has no border' 'It is okay to express your feelings'
'Great opportunity to learn more about mental health and make friends from different cultures'
'Mental health is not a disease but a process'
'It's about how you drive, not where you're going'
'Mental Health problems are not a personal failure'
'Life is the greatest gift ever, so enjoy every second, every moment and don't think too much'
'multicultural exchanges strengthen mental health'
'Join ERASMUS+ ! It's about learning differently'.



Résultats de JOY

(participants,
chefs de groupe, facilitateurs,
organisateurs, coordinateurs)

✓ **Education par les pairs**

Force gagnée de partager expériences, acquis (avec organisations, écoles, communautés...), de parler ouvertement de santé mentale, pratiquer des techniques pour son bien-être.

✓ **Participation active des partenaires avant, pendant ou après le séjour**

Impulsion d'échanges sur méthodes, activités façons de lutter contre le tabou de la santé mentale. Les techniques d'apprentissage tout au long de la vie et Erasmus + via outils non formels ou informels ont montré leur efficacité.

La jeunesse a montré sa force et l'espoir possible en elle pour évoluer, accepter les différences, et devenir acteur de ses activités : les participants lanceront leurs initiatives dans leurs communautés pour décomplexer la société face aux questions de santé mentale et agirons comme citoyens européens actifs sur la construction d'un meilleur avenir, d'un mieux-être pour tous en promouvant Erasmus +.

✓ **Richesse de la coopération entre les partenaires, sur un sujet difficile**

Espoir d'une coopération durable avec certains pour initier, partager de nouveaux projets communs. Continuer à agir pour la santé mentale et le mieux-être sera un levier d'action fort des partenaires de JOY. Poursuivre la diffusion de nos connaissances et la promotion de la visibilité des actions sur la santé mentale dans leurs pays, pour le bien être des jeunes et de tous n'est pas un rêve.

Car d'autres crises viendront, et nous, organismes promouvant les échanges, le vivre ensemble, devons agir pour que la citoyenneté embarque cet aspect de la santé mentale.



JOY Results

(participants,
group leaders, facilitators,
organisers, coordinators)

✓ **Peer education**

Strength gained from sharing experiences and achievements (in organisations, schools, communities...), to speak openly about mental health, to practice techniques for one's well-being.

✓ **Active participation of partners before, during or after the stay**

Stimulation of exchanges on methods, activities and ways of fighting against the taboo of mental health. Lifelong learning techniques (via non-formal or informal tools) and Erasmus + have shown their effectiveness. The youth showed their strength and the possible hope in them to evolve, accept differences, and become actors of change: the participants will launch initiatives in their communities to decomplex society in the face of mental health issues and will act as active European citizens. to build a better future, and support well-being for all by promoting Erasmus+.

✓ **Richness of cooperation between partners, on a difficult subject**

Giving hope for lasting cooperation with some partners to initiate and share new joint projects. Continuing to act for mental health and well-being will be a strong lever of action for JOY's partners. We wish to keep disseminating our knowledge and promoting the visibility of actions for mental health in our respective countries, for the well-being of young people and of all.

Other crises will come, and we, organizations promoting exchanges, that are promoting living together, must act so that society embraces mental health.

Rappel 7° étape - Après Echange

(selon le planning prévisionnel)

- Recueil des preuves de dépenses, activation des remboursements (participants, parts organisations)
- Création d'actions de retour d'expériences par chaque partenaire dans chaque pays
- Rédaction du bilan (sur le site des 'bénéficiaires') qui lance l'évaluation à froid des chefs de groupe

Etape transverse : COMMUNICATION

Avant, Pendant, Après l'Echange

Publication de photos, vidéos sur :

- Les sites Internet des partenaires
- Les réseaux sociaux
- Création de blogs dédiés...

Reminder Step 7 - After the exchange

(according to the provisional schedule)

- Collecting proof of expenses, refund the participants and send the organisations parts
- Experience feedback actions by each partner in each country
- Writing the report (on the "beneficiary" website), which launches the considered assessment of Group leaders

Cross-functional step – Communication

(before, during and after the exchange)

Publicising pictures and videos on:

- The websites of the partner organizations
 - Social networks
 - Dedicated blogs...

Activités de diffusion et de promotion de JOY et d'Erasmus + *Disseminating and promoting JOY and Erasmus+*

Après l'échange, comme prévu dans tout Echange de Jeunes, les participants ont promu dans leurs communautés locales JOY et Erasmus +. Pour poursuivre les effets du projet post échange, ce manuel a été préparé (pour organisations, sites Web officiels (Salto Youth, boîte à outils d'Erasmus Plus)). Certains partenaires nous ont demandé de les aider à se préparer ou à intégrer de nouveaux projets. D'autres aimeraient devenir chefs de groupe ou facilitateurs dans d'autres projets européens.

After the exchange, as expected in any Youth Exchange, the participants did activities in their local communities to promote JOY and Erasmus+. To continue to have effects of the post-exchange project, this handbook has been written (for organisations, official websites (Salto Youth, Erasmus + toolbox)). Some partners have asked us to help them prepare or integrate new projects. Others would like to become group leaders or facilitators in other European projects.



Activités de diffusion et de promotion de JOY et d'Erasmus + Autriche

Disseminating and promoting JOY and Erasmus + in Austria



Project hashtag - Le hashtag du projet
#youthmentalhealthformula



Activités de diffusion et de promotion de JOY et d'Erasmus + France

Disseminating and promoting JOY and Erasmus + in France



Project hashtag - Le hashtag du projet
#youthmentalhealthformula



Activités de diffusion et de promotion de JOY et d'Erasmus + Macédonie

Disseminating and promoting JOY and Erasmus + in Macedonia



Project hashtag - Le hashtag du projet
#youthmentalhealthformula



Activités de diffusion et de promotion de JOY et d'Erasmus + Kosovo



Disseminating and promoting JOY and Erasmus + in Kosovo

Project hashtag - Le hashtag du projet
#youthmentalhealthformula



Activités de diffusion et de promotion de JOY et d'Erasmus + Turquie

Disseminating and promoting JOY and Erasmus + in Turkey



Project hashtag - Le hashtag du projet
#youthmentalhealthformula



La chanson de JOY ; d'après 'La vie en rose', d'Edith Piaf JOY song : from 'The rose tinted life', of Edith Piaf

Réécrit pour le Projet Erasmus Plus JOY
par Pascale Cochet
avec l'aide de Pascale Charreton

Project hashtag - Le hashtag du projet
#youthmentalhealthformula

1° couplet

La rencontre de jeunes d'ailleurs
Si les frontières sont effacées,
Si les langues sont déliées
Pour se parler et s'écouter

2° couplet

Autour de nos activités
Chacun a pu se dévoiler
On a vécu les mêmes chagrins
Parler ensemble fait du bien

1st verse

*The meeting of young people
If borders are erased
If tongues are loosened
To talk, listen to each other*

2nd verse

*During our activities
Everyone could reveal oneself
We had lived the same sorrows
It was good to talk together*

Refrain

Quand JOY nous a réunis

A Saint Martin en Haut

Autour de nos cultures

De Turquie, De Macédoine

D'Autriche, du Kosovo

Et puis de Lyon en France

Erasmus Plus a suivi

Nous avons réfléchi

A l'impact du Covid, sur la santé mentale de la
jeunesse

Nous avons partagé temps et idées

Pour le mieux-être de tous

Apaiser, relaxer et rebondir

Chorus

When JOY brought us together

In Saint-Martin-en-Haut

Around our cultures

From Turkey, Macedonia

Kosovo, Austria

And from Lyon in France

Erasmus Plus helped us

To meet and discuss

The impact of Covid

On young people 's mental health

We shared quality time and ideas

For each others' benefit

To soothe, to relax and start again.