



Día Europeo de la Información Juvenil 2021

#EYID2021

El próximo 17 de abril ERYICA , junto con sus miembros, celebrará en toda Europa el **Día Europeo de la Información Juvenil (EYID)**.

El eslogan EYID propuesto para 2021 es el siguiente:

Youth Info #mindmymind

Conócete a ti mismo. Pide ayuda

El objetivo de la campaña es animar a los jóvenes a exteriorizar sus emociones, problemas y temores, así como a **concienciarlos de la importancia de la salud mental y de su bienestar emocional**.

2020 ha sido un año lleno de desafíos. El mundo entero se ha visto obligado a adaptarse a una nueva realidad en la que las reuniones en línea, las mascarillas y el distanciamiento social se han convertido en la nueva normalidad. Las empresas cambiaron el trabajo presencial por el teletrabajo, las escuelas iniciaron su transformación digital y los viajes se convirtieron en la última prioridad de nuestra lista.

Se produjeron cambios significativos a un ritmo frenético. Cambios que no dejaron espacio para la adaptación; espacio para ser conscientes de la situación y de sus consecuencias que llevaron a un clima de miedo e incertidumbre.

“La situación general en los países y sus localidades ha afectado el día a día de las personas jóvenes pues 46% reporta tener menos motivación para realizar actividades que normalmente disfrutaba. 36% se siente menos motivada para realizar actividades habituales.

Su percepción sobre el futuro también se ha visto negativamente afectada, particularmente en el caso de las mujeres jóvenes quienes han y están enfrentando dificultades particulares. 43% de las mujeres se siente pesimista frente al futuro frente a 31% de los hombres participantes.

Una situación que genera elevada preocupación y es un llamado a las autoridades de salud nacionales, es que el **73% ha sentido la necesidad de pedir ayuda en relación con su bienestar físico y mental**. Pese a lo anterior, el 40% no pidió ayuda.

El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes de Unicef- 2020



Debido a esta situación, la salud mental se ha convertido en menos tabú y más en un tema recurrente de conversaciones en ámbitos profesionales y privados. Sin embargo, **¡aún queda mucho por hacer!**

Por ello, la campaña **EYID 2021 tiene como objetivo:**

- iniciar un debate sobre temas de salud mental;
- ser un altavoz para acabar con el estigma de la salud mental entre los jóvenes;
- normalizar la necesidad de pedir apoyo para tu bienestar emocional;
- dar voz a los jóvenes para que hablen con libertad;
- mostrar la profesionalidad, cercanía y experiencia de los informadores juveniles respecto a la salud mental y el apoyo en el bienestar, así como proporcionar herramientas y recursos para hacer frente a cualquier problema.

La campaña es un esfuerzo conjunto entre los **servicios de información juvenil** y los jóvenes. El subtítulo de la campaña es una clara llamada a la acción de ambos.

- **Conócete a ti mismo:** Los jóvenes deben saber que está bien no sentirse bien todo el tiempo. Deben poder identificar las diferentes emociones que sienten a lo largo del día y encontrar la manera de sacarle el mejor provecho.

- **Pide ayuda** Los servicios de información juvenil deben ser un espacio seguro donde los jóvenes se expresen con libertad. Una plataforma donde poder hacer cualquier pregunta sin ser juzgado. Los informadores juveniles deben ser capaces de resolver sus dudas y consultas y de aconsejarles dónde pedir ayuda profesional.

