

Program profilaktyczny Godzina Dla Młodych Główn, który został zainicjowany przez Fundację UNA WEZA i jest reakcją na obecną kondycję zdrowia psychicznego wśród młodych. Celem programu jest normalizowanie rozmów o zdrowiu psychicznym, rozwijanie kompetencji emocjonalno - społecznych i samoświadomości. Zajęcia mają na celu nauczenie młodych ludzi m. in. tego jak rozpoznawać, nazywać i wyrażać swoje emocje oraz co jest kluczowe dla ich zdrowego rozwoju emocjonalnego. Program proponuje serię lekcji realizowanych według scenariuszy opracowanych przez grono specjalistów.