



Como introduzir a Felicidade como questão horizontal na Educação de Adultos

Base de Dados para a Toolbox da Felicidade!

Nos últimos meses, a nossa equipa esteve ocupada em identificar e desenvolver uma quantidade de exercícios para esta Toolbox.

Dada a variedade de exercícios e de modo a facilitar a procura, decidimos criar uma base de dados, na qua los utilizadores podem pesquisar de acordo com diversos critérios. Por exemplo as categorias que apresentámos na última newsletter (atitude positiva e pensamento otimista, objetivos pessoais, consciência, partilhar a felicidade e estilo de vida saudável,

controlo, gratidão, aspetos interculturais, aprender acerca da felicidade), o tamanho do grupo, a duração ou a fonte. Este ultimo é bastante importante, uma vez que esta base contém exercícios recolhidos de boas práticas entre os parceiros pan- Europeus, assim como exercícios que foram desenvolvidos por formadores antes do projeto e exercícios criados durante o projeto.

Também é feita uma distinção relativamente a exercícios baseados em investigação e exercícios fundamentados em teorias.

Adicionalmente, é ainda possível escolher entre as diferentes línguas presentes na parceria.

Key Competence Happiness

EN | DE | ES | IT | FR | PT | NL | BE
search | contact

registration | sign in

This on-line database is a "Toolbox" that contains exercises, methods and/or didactic approaches for learning contents where the subject of happiness and wellbeing can be additionally imparted. If you want to support the positive dynamics in your adult education classes such as language courses, personal development, courses, seminars and workshops focusing on the integration of immigrants and other guidance measures, have a close look at our collection of "happy" tools.

Browse through the database:

- Select few useful exercises for your classes
- Get inspired by the choice of the others
- Contribute yourself with a new exercise
- Watch recommended videos
- Click on few interested links and read yourself happy!

Now and then it's good to pause in our pursuit of happiness and just be happy. *Gottfried Leibniz*

Search In Database

STRATEGIES TO ACHIEVE HAPPINESS	DURATION (min)	GROUP SIZE	LANGUAGE	EVIDENCE
<input type="checkbox"/> SELECT ALL	<input type="checkbox"/> SELECT ALL	<input type="checkbox"/> SELECT ALL	<input type="checkbox"/> SELECT ALL	<input type="checkbox"/> SELECT ALL
1 <input type="checkbox"/> Positive attitude and optimistic thinking	<input type="checkbox"/> 15 – 30	<input type="checkbox"/> Individual	<input type="checkbox"/> english	<input type="checkbox"/> Best practice
2 <input type="checkbox"/> Goals, personal mission statement	<input type="checkbox"/> 30 – 45	<input type="checkbox"/> Large group	<input type="checkbox"/> dutch	<input type="checkbox"/> Developed by trainers
3 <input type="checkbox"/> Awareness, here and now	<input type="checkbox"/> 45 – 60	<input type="checkbox"/> Small group	<input type="checkbox"/> czech	<input type="checkbox"/> Developed within the KCH project
4 <input type="checkbox"/> Sharing your happiness	<input type="checkbox"/> 60 – 90		<input type="checkbox"/> italy	<input type="checkbox"/> Research based
5 <input type="checkbox"/> Healthy lifestyle	<input type="checkbox"/> less than 15		<input type="checkbox"/> french	<input type="checkbox"/> Theoretically grounded
6 <input type="checkbox"/> Grip on your life			<input type="checkbox"/> portuguese	
7 <input type="checkbox"/> Gratitude			<input type="checkbox"/> netherlands	
8 <input type="checkbox"/> Intercultural aspects			<input type="checkbox"/> belgium	
9 <input type="checkbox"/> Learning about happiness				

Search

A base de dados permitirá ao utilizador introduzir novos exercícios, e também incluirá umas aplicações extra interessantes:

- Navegação livre pela base de dados;
- Guardar uns exercícios úteis para as suas classes;
- Inspirar-se nas escolhas de outros;
- Ver e recomendar vídeos;
- Conhecer outras ligações WEB acerca do tema.

Experimente e seja feliz!

Mais informação no nosso Website www.key-competence-happiness.eu

Blickpunkt Identität
Susanne Linde & Mag. Klaus Linde-Leimer
E-Mail: office@blickpunkt-identitaet.eu
Phone: +43 681 10 43 45 03



This project has been funded with support from the European Commission. This communication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

