



SOBRE A MYRELIEF

A gestão da dor é normalmente um aspeto de saúde negligenciado e pessoas com dores lombares persistentes poderão sentir-se que não têm acesso a informação específica e guias de como gerir os seus problemas.

O principal objetivo do projeto é aumentar a consciência de trabalhadores mais velhos (55+ anos) das estratégias de autogestão para as suas dores lombares persistentes em todas as esferas pessoais.

FORMAÇÃO ERGONÓMICA, AUTOGESTÃO E ESTRATÉGIAS COMPORTAMENTAIS DE SAÚDE PARA TRABALHADORES MAIS VELHOS QUE SOFREM DE DORES LOMBARES CRÓNICAS



[WWW.FACEBOOK.COM/
MYRELIEFPROJECT/](https://www.facebook.com/MyReliefProject/)



MYRELIEF.EU

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



GRUPO ALVO

grupo alvo primário

mais de 2500 trabalhadores (55+ anos) com dores lombares persistentes serão envolvidos no desenvolvimento e teste nos diferentes resultados do projeto.

grupo alvo secundário

empregadores e associações empregadoras, sindicatos, associações dos pacientes, sindicatos clínicos para a dores persistentes e outros intervenientes.

RESULTADOS

1. Videos de Multimédia de Formação com Trabalhadores e Especialistas
2. Manual Educacional de Saúde para o Bem-Estar Físico e Mental
3. Jogo Sério com base Mobile para a Autoavaliação
4. Plataforma E-Learning (MOOC)



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



LUND UNIVERSITY

