



# PRESS RELEASE #1

Mental health remains one of the most under-addressed challenges in sport, particularly among young athletes. Despite growing awareness, coaches and sport organisations often lack the knowledge, tools and structured support needed to respond effectively.

MindFit, a new European initiative, has been launched to bridge this gap by integrating mental health support directly into sport environments. The project brings together partners from across Europe with the shared goal of improving the psychological well-being of young athletes through evidence-based approaches and practical tools for coaches.

The first phase of the project focuses on a comprehensive Gap Analysis on mental health in sport. This research examines current practices, identifies structural weaknesses, and highlights unmet needs within sport organisations. Early findings suggest a significant disconnect between the prevalence of mental health issues among athletes and the preparedness of coaches to address them.

The results of this analysis will inform the design of the MindFit programme, ensuring that all subsequent interventions are grounded in real needs identified across different European contexts.

MindFit aims not only to raise awareness, but to create systemic change by embedding mental health support into everyday sport practice.

*Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.*



# PRIOPĆENJE ZA MEDIJE BR. 1

Mentalno zdravlje ostaje jedan od najmanje adresiranih izazova u sportu, posebno među mladim sportašima. Unatoč rastućoj svijesti, trenerima i sportskim organizacijama često nedostaje znanja, alata i strukturirane podrške potrebne za učinkovito reagiranje.

MindFit, nova europska inicijativa, pokrenuta je kako bi se premostio taj jaz integriranjem podrške mentalnom zdravlju izravno u sportsko okruženje. Projekt okuplja partnere iz cijele Europe sa zajedničkim ciljem poboljšanja psihološke dobrobiti mladih sportaša putem pristupa utemeljenih na dokazima i praktičnih alata za trenere.

Prva faza projekta usmjerena je na sveobuhvatnu analizu nedostataka u području mentalnog zdravlja u sportu. Ovo istraživanje ispituje trenutne prakse, identificira strukturne slabosti i ističe nezadovoljene potrebe unutar sportskih organizacija. Rani nalazi ukazuju na značajan jaz između prevalencije problema mentalnog zdravlja među sportašima i spremnosti trenera da se s njima pozabave.

Rezultati ove analize utjecat će na dizajn programa MindFit, osiguravajući da sve sljedeće intervencije budu utemeljene na stvarnim potrebama utvrđenim u različitim europskim kontekstima.

MindFit ne želi samo podići svijest, već i stvoriti systemske promjene ugradnjom podrške mentalnom zdravlju u svakodnevnu sportsku praksu.

*Financirano od strane Europske unije. Izneseni stavovi i mišljenja su, međutim, isključivo stavovi autora/autorica i ne odražavaju nužno stavove Europske unije ili Izvršne agencije za obrazovanje i kulturu (EACEA). Ni Europska unija ni EACEA ne mogu se smatrati odgovornima za njih.*



# COMUNICADO DE PRENSA N.º 1

La salud mental sigue siendo uno de los desafíos menos abordados en el deporte, especialmente entre los atletas jóvenes. A pesar de la creciente concienciación, los entrenadores y las organizaciones deportivas a menudo carecen de los conocimientos, las herramientas y el apoyo estructurado necesarios para responder con eficacia.

MindFit, una nueva iniciativa europea, se ha puesto en marcha para subsanar esta deficiencia integrando el apoyo a la salud mental directamente en los entornos deportivos. El proyecto reúne a socios de toda Europa con el objetivo común de mejorar el bienestar psicológico de los jóvenes deportistas mediante enfoques basados en la evidencia y herramientas prácticas para los entrenadores.

La primera fase del proyecto se centra en un análisis exhaustivo de las deficiencias en salud mental en el deporte. Esta investigación examina las prácticas actuales, identifica las debilidades estructurales y pone de relieve las necesidades no cubiertas dentro de las organizaciones deportivas. Los primeros resultados sugieren una importante desconexión entre la prevalencia de problemas de salud mental entre los atletas y la preparación de los entrenadores para abordarlos.

Los resultados de este análisis servirán de base para el diseño del programa MindFit, garantizando que todas las intervenciones posteriores se fundamenten en necesidades reales identificadas en diferentes contextos europeos.

MindFit no solo busca crear conciencia, sino también generar un cambio sistémico integrando el apoyo a la salud mental en la práctica deportiva diaria.

*Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.*