

CARE + CONNECT

Παροχή υποστήριξης ψυχικής υγείας σε Ανώτατα
Εκπαιδευτικά Ιδρύματα σε όλη την Ευρώπη



CARE + CONNECT

Αρ. έργου: 2025-1-PL01-KA220-HED-000357751

Το CARE + CONNECT, που ξεκίνησε τον Οκτώβριο του 2025, είναι ένα έργο συνεργασίας στον τομέα της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, το οποίο χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του Erasmus+ Programme (KA220-HED). Το έργο αντιμετωπίζει μία από τις πιο επείγουσες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα (ΑΕΙ) σε όλη την Ευρώπη: την ψυχική υγεία των φοιτητών/ριών, με ιδιαίτερη έμφαση στο άγχος και την ευημερία.

Το έργο CARE+CONNECT στοχεύει στην δημιουργία συμπεριληπτικών, υποστηρικτικών και βιώσιμων οικο-συστημάτων ψυχικής υγείας στον τομέα της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Ο στόχος αυτός θα επιτευχθεί με τον συνδυασμό της ψυχολογικής υποστήριξης βασιζόμενη σε εμπειρικά δεδομένα και των δομημένων δικτύων καθοδόγησης από ομοτίμους.

Το CARE+CONNECT επιδιώκει να:

- Βελτιώσει την πρόσβαση σε υποστήριξη ψυχικής υγείας για φοιτητές/ριες τριτοβάθμιας εκπαίδευσης που αντιμετωπίζουν άγχος και συναφείς προκλήσεις.
- Ενισχύσει την θεσμική ικανότητα των ΑΕΙ να ανταποκρίνονται στις ανάγκες ψυχικής υγείας χωρίς αποκλεισμούς και βιώσιμα.
- Αναπτύξει και εφαρμόσει ένα προσβάσιμο διαδικτυακό πρόγραμμα CARE, βασισμένο στην επιστημονικά τεκμηριωμένη συμπεριφορική γνωστική θεραπεία (iCBT).
- Δημιουργήσει το πρόγραμμα CONNECT Peer, που προωθεί δίκτυα υποστήριξης μεταξύ συνομηλίκων και μεταξύ επαγγελματιών εντός των ΑΕΙ.
- Ευαισθητοποιήσει και να μειώσει το στίγμα γύρω από την ψυχική υγεία μέσω του διαλόγου, της κατάρτισης και της συμμετοχής της κοινότητας.
- Προωθήσει μακροπρόθεσμη θεσμική αλλαγή μέσω της ενσωμάτωσης της ευαισθητοποίησης για την ψυχική υγεία στις πολιτικές, τις πρακτικές και τις κουλτούρες των ΑΕΙ.

Το πρόγραμμα CARE+CONNECT απευθύνεται κυρίως σε φοιτητές/ριες τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, ιδίως σε όσους αντιμετωπίζουν προβλήματα άγχους και ψυχικής υγείας, καθώς και σε ακαδημαϊκό και επαγγελματικό προσωπικό. Έμμεσα, το πρόγραμμα απευθύνεται σε ΑΕΙ, επαγγελματίες ψυχικής υγείας, φοιτητικές οργανώσεις, υπεύθυνους χάραξης πολιτικής και άλλους ενδιαφερόμενους φορείς στους τομείς της εκπαίδευσης, της ένταξης και της ψυχικής υγείας. Με αυτό τον τρόπο, το πρόγραμμα επιδιώκει να συμβάλει στην δημιουργία πιο υποστηρικτικών και χωρίς αποκλεισμούς περιβαλλόντων ΑΕΙ σε ολόκληρη την Ευρώπη.



www.careandconnect.eu



<https://www.facebook.com/careandconnectproject/>



<https://www.linkedin.com/company/care-connect-project>



[careandconnect_eu](https://www.instagram.com/careandconnect_eu)



Co-funded by
the European Union

Co-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 Foundation for the Development of the Education System (FRSE). Neither the European Union nor FRSE can be held responsible for them.