

CARE + CONNECT

CARE+CONNECT face următorul pas către o mai bună susținere a sănătății mintale a studenților



CARE + CONNECT

Nr. proiect: 2025-1-PL01-KA220-HED-000357751

Programul CARE combină explicații clare cu activități practice pentru a ajuta studenții să recunoască tiparele care le afectează bunăstarea, să dezvolte strategii de adaptare mai sănătoase, să consolideze reziliența emoțională și să aplice tehnici bazate pe dovezi în situații de zi cu zi. Abordarea sa structurată completează sprijinul oferit de instituțiile de învățământ superior.

Această etapă importantă reflectă colaborarea dintre partenerii CARE+CONNECT din țările participante, asigurându-se că programul răspunde experiențelor trăite de studenți și deservește instituțiile, profesioniștii și comunitățile studențești în general.

Programul CARE va fi disponibil prin intermediul site-ului oficial CARE+CONNECT. Odată cu lansarea sa, consorțiul continuă lucrările la cadrul de sprijin reciproc CONNECT, la implicarea părților interesate și la următoarele etape de diseminare și implementare.

Următoarea fază va construi o cultură mai puternică a sprijinului reciproc în instituțiile de învățământ superior prin intermediul a două rețele din cadrul Programului CONNECT *Inter Pares*:

- De-la-profesionist-la-profesionist: conectarea personalului academic și a profesioniștilor din domeniul sănătății mintale pentru a face schimb de cunoștințe și cele mai bune practici, a consolida comunicarea interdisciplinară, a construi reziliența și inteligența emoțională a personalului și a dezvolta căi clare de raportare și escaladare pentru intervenția timpurie.
- De-la-student-la-student: instruirea studenților în mentorat *inter pares*, ascultare activă, empatie și prim ajutor pentru sănătate mintală, astfel încât aceștia să poată oferi îndrumare confidențială și accesibilă, să recunoască semnele timpurii de suferință și să pună în contact colegii cu un sprijin adecvat.

Prin intermediul unor ateliere transnaționale și naționale de dezvoltare a capacităților, personalul și studenții vor dezvolta abilități practice în domeniul sprijinului inter pares, ascultării active, inteligenței emoționale și primului ajutor pentru sănătate mintală. Această abordare condusă de studenți va încuraja apartenența și grija reciprocă, va promova intervenția timpurie și va contribui la reducerea izolării în rândul studenților care se confruntă cu provocări de sănătate mintală.

Pentru noul an universitar care începe, CARE+CONNECT transmite cele mai bune urări studenților, personalului și comunităților din învățământul superior din Europa pentru un an sănătos, plin de succes și împlinire. Proiectul își propune să consolideze sistemele de sprijin pentru sănătate mintală prin combinarea resurselor digitale inovatoare cu abordări incluzive, bazate pe comunitate.



www.careandconnect.eu



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



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



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



Co-funded by
the European Union

Cofinanțat de Uniunea Europeană. Părerile și opiniile exprimate aparțin exclusiv autorului/autorilor și nu reflectă neapărat opiniile Uniunii Europene sau ale Fundației pentru Dezvoltarea Sistemului Educațional (FRSE). Nici Uniunea Europeană, nici FRSE nu pot fi considerate responsabile pentru acestea.