

CARE + CONNECT

CARE+CONNECT da el siguiente paso hacia un apoyo más sólido a la salud mental del estudiantado



CARE + CONNECT

Project No: 2025-1-PL01-KA220-HED-000357751

El Programa CARE combina explicaciones claras con actividades prácticas para ayudar al estudiantado a reconocer patrones que afectan a su bienestar, desarrollar estrategias de afrontamiento más saludables, reforzar la resiliencia emocional y aplicar técnicas basadas en la evidencia en situaciones cotidianas. Su enfoque estructurado complementa el apoyo proporcionado por las Instituciones de Educación Superior.

Este hito refleja la colaboración entre las entidades socias de CARE+CONNECT de los distintos países participantes, garantizando que el programa responda a las experiencias reales del estudiantado y resulte útil para las instituciones, las y los profesionales y el conjunto de las comunidades estudiantiles.

El Programa CARE estará disponible a través de la página web oficial de CARE+CONNECT. Paralelamente a su lanzamiento, el consorcio continúa trabajando en el marco de apoyo entre iguales CONNECT, la participación de agentes clave y las próximas fases de difusión e implementación.

La siguiente fase contribuirá a construir una cultura más sólida de apoyo entre iguales en las Instituciones de Educación Superior mediante dos redes integradas en el Programa de Apoyo entre Iguales CONNECT:

- De profesionales a profesionales: conectará al personal de las instituciones de educación superior y a profesionales de la salud mental para intercambiar conocimientos y buenas prácticas, reforzar la comunicación interdisciplinar, promover la resiliencia y la inteligencia emocional del personal y desarrollar vías claras de derivación y actuación para facilitar una intervención temprana.
- De estudiantes a estudiantes: ofrecerá formación al estudiantado en mentoría entre iguales, escucha activa, empatía y primeros auxilios en salud mental, de manera que pueda proporcionar una orientación confidencial y accesible, identificar señales tempranas de malestar y conectar a otras personas estudiantes con los recursos de apoyo adecuados.

A través de talleres transnacionales y nacionales de fortalecimiento de capacidades, tanto el personal de las instituciones de educación superior como el estudiantado desarrollarán habilidades prácticas relacionadas con el apoyo entre iguales, la escucha activa, la inteligencia emocional y los primeros auxilios en salud mental. Este enfoque liderado por el propio estudiantado contribuirá a fortalecer el sentimiento de pertenencia y el cuidado mutuo, favorecerá la intervención temprana y ayudará a reducir el aislamiento entre quienes afrontan dificultades relacionadas con la salud mental.

Ante el inicio del nuevo curso académico, CARE+CONNECT desea al estudiantado, al personal y a las comunidades de educación superior de toda Europa un año saludable, satisfactorio y lleno de logros. El proyecto seguirá avanzando en el fortalecimiento de los sistemas de apoyo a la salud mental mediante la combinación de recursos digitales innovadores y enfoques inclusivos y



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**

CCofinanciado por la Unión Europea. No obstante, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los de sus autoras y autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Fundación para el Desarrollo del Sistema Educativo (FRSE). Ni la Unión Europea ni la FRSE pueden ser consideradas responsables de los mismos.