

CARE + CONNECT



Το CARE+CONNECT κάνει το επόμενο βήμα προς ισχυρότερη υποστήριξη της ψυχικής υγείας των φοιτητών

CARE + CONNECT

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

Το CARE Programme συνδυάζει σαφείς εξηγήσεις με πρακτικές δραστηριότητες, ώστε οι φοιτητές να αναγνωρίζουν μοτίβα που επηρεάζουν την ευεξία τους, να αναπτύσσουν πιο υγιείς στρατηγικές αντιμετώπισης, να ενισχύουν την ψυχική ανθεκτικότητα και να εφαρμόζουν τεχνικές βασισμένες σε τεκμήρια στην καθημερινότητά τους. Η δομημένη προσέγγισή του συμπληρώνει την υποστήριξη που παρέχουν τα Ιδρύματα Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης.

Το ορόσημο αυτό αντικατοπτρίζει τη συνεργασία μεταξύ των εταίρων του CARE+CONNECT στις συμμετέχουσες χώρες, διασφαλίζοντας ότι το πρόγραμμα ανταποκρίνεται στις βιωμένες εμπειρίες των φοιτητών και εξυπηρετεί ιδρύματα, επαγγελματίες και ευρύτερες φοιτητικές κοινότητες.

Το CARE Programme θα είναι διαθέσιμο μέσω της επίσημης ιστοσελίδας του CARE+CONNECT. Παράλληλα με την έναρξή του, η κοινοπραξία συνεχίζει τις εργασίες για το πλαίσιο υποστήριξης από ομοτίμους CONNECT, τη συμμετοχή των ενδιαφερόμενων μερών και τα επόμενα στάδια διάδοσης και υλοποίησης.

Η επόμενη φάση θα οικοδομήσει ισχυρότερη κουλτούρα υποστήριξης από ομοτίμους στα Ιδρύματα Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης, μέσω δύο δικτύων στο πλαίσιο του CONNECT Peer Programme:

- Professional-to-Professional: σύνδεση του προσωπικού των ITE με επαγγελματίες ψυχικής υγείας για ανταλλαγή γνώσεων και βέλτιστων πρακτικών, ενίσχυση της διεπιστημονικής επικοινωνίας, ανάπτυξη της ανθεκτικότητας και της συναισθηματικής νοημοσύνης του προσωπικού, καθώς και διαμόρφωση σαφών διαδρομών παραπομπής και κλιμάκωσης για έγκαιρη παρέμβαση.
- Student-to-Student: εκπαίδευση φοιτητών στην καθοδήγηση από ομοτίμους, την ενεργητική ακρόαση, την ενσυναίσθηση και τις πρώτες βοήθειες ψυχικής υγείας, ώστε να προσφέρουν εμπιστευτική και προσβάσιμη καθοδήγηση, να αναγνωρίζουν πρώιμα σημάδια δυσφορίας και να συνδέουν τους συμφοιτητές τους με την κατάλληλη υποστήριξη.

Μέσω διακρατικών και εθνικών εργαστηρίων ανάπτυξης ικανοτήτων, το προσωπικό και οι φοιτητές των ITE θα αναπτύξουν πρακτικές δεξιότητες στην υποστήριξη από ομοτίμους, την ενεργητική ακρόαση, τη συναισθηματική νοημοσύνη και τις πρώτες βοήθειες ψυχικής υγείας. Αυτή η φοιτητοκεντρική προσέγγιση θα ενισχύσει το αίσθημα του ανήκειν και την αμοιβαία φροντίδα, θα προωθήσει την έγκαιρη παρέμβαση και θα συμβάλει στη μείωση της απομόνωσης των φοιτητών που αντιμετωπίζουν προκλήσεις ψυχικής υγείας.

Καθώς πλησιάζει το νέο ακαδημαϊκό έτος, το CARE+CONNECT εύχεται στους φοιτητές, το προσωπικό και τις κοινότητες τριτοβάθμιας εκπαίδευσης σε όλη την Ευρώπη μια υγιή, επιτυχημένη και δημιουργική χρονιά. Το έργο προσβλέπει στην ενίσχυση των συστημάτων υποστήριξης της ψυχικής υγείας, συνδυάζοντας καινοτόμους ψηφιακούς πόρους με συμπεριληπτικές, κοινοτικά προσανατολισμένες προσεγγίσεις.



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

Συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα/είς και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ιδρύματος για την Ανάπτυξη του Εκπαιδευτικού Συστήματος (FRSE). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε το FRSE φέρουν ευθύνη για αυτές.