

<b>Numer projektu</b>	2025-1-PL01-KA220-HED-000357751
-----------------------	---------------------------------

<b>Tytuł projektu</b>	CARE + CONNECT: Zapewnianie wsparcia w zakresie zdrowia psychicznego w instytucjach szkolnictwa wyższego
<b>Akronim projektu</b>	CARE + CONNECT
<b>Strona internetowa projektu</b>	<a href="https://careandconnect.eu">https://careandconnect.eu</a>
<b>Nazwa instytucji koordynującej</b>	Społeczna Akademia Nauk
<b>Partnerzy</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Spectrum Research Centre Irlandia</li><li>• UNIVERSIDAD DEL PAIS VASCO/ EUSKAL HERRIKO UNIBERTSITATEA Hiszpania</li><li>• NEOPHYTOS CH CHARALAMBOUS (INSTITUTE OF DEVELOPMENT LTD) Cypr</li><li>• UNIVERSITAET PADERBORN Niemcy</li><li>• Universitatea Nationala de Stiinta si Tehnologie POLITEHNICA Bucuresti Rumunia</li></ul>
<b>Czas trwania</b>	24 miesiące
<b>Kwota dofinansowania z programu Erasmus+</b>	250 000 euro
<b>Kluczowy priorytet</b>	[horyzontalny] Włączenie społeczne i różnorodność

## **Streszczenie projektu (cel, grupy docelowe, najważniejsze rezultaty, planowane na etapie wniosku)**

Celem projektu jest wzmocnienie systemów wsparcia zdrowia psychicznego w europejskich instytucjach szkolnictwa wyższego poprzez opracowanie i wdrożenie innowacyjnego, kompleksowego modelu wsparcia dla studentów/studentek i osób pracujących na uczelniach wyższych. Projekt koncentruje się na zwiększeniu dostępności pomocy psychologicznej, budowaniu odporności psychicznej oraz tworzeniu inkluzywnego środowiska akademickiego sprzyjającego dobrostanowi.

Projekt skierowany jest przede wszystkim do studentów/studentek i kadry akademickiej uczelni wyższych. Pośrednimi odbiorcami projektu są instytucje szkolnictwa wyższego, specjaliści ds. zdrowia psychicznego i edukacji oraz społeczność akademicka jako całość.

Kluczowe rezultaty projektu CARE + CONNECT obejmują opracowanie i wdrożenie kompleksowego modelu wsparcia zdrowia psychicznego w środowisku akademickim, łączącego komponent cyfrowej terapii poznawczo-behawioralnej (iCBT) z systemem wsparcia rówieśniczego. W ramach projektu powstanie ośmiomodułowy program CARE, dostępny online, który dostarczy studentom i pracownikom uczelni praktycznych narzędzi do radzenia sobie ze stresem, lękiem oraz budowania odporności psychicznej. Równolegle rozwinięty zostanie program CONNECT, oparty na sieciach wsparcia peer-to-peer, umożliwiający tworzenie trwałych relacji pomocowych wśród studentów i kadry akademickiej, wspieranych przez odpowiednie szkolenia z zakresu komunikacji, empatii i wczesnego reagowania na trudności psychiczne. Istotnym rezultatem będzie także opracowanie zestawu materiałów edukacyjnych i

szkoleniowych, które pozwolą na podnoszenie kompetencji w zakresie zdrowia psychicznego w instytucjach szkolnictwa wyższego. Projekt dostarczy również praktyczny przewodnik wdrożeniowy dla uczelni, zawierający rekomendacje dotyczące implementacji wypracowanego modelu na poziomie organizacyjnym. Uzupełnieniem rezultatów będzie stworzenie platformy cyfrowej integrującej wszystkie narzędzia, zasoby i działania projektowe, co umożliwi ich szerokie wykorzystanie oraz trwałość efektów projektu.