

El nostre centre participa al projecte europeu IMPROVA!

Aquest curs, el nostre institut participa al projecte europeu [IMPROVA](#), liderat per la Fundació Sant Joan de Déu, que té com a objectiu principal millorar el benestar emocional i la salut mental dels estudiants de secundària.

IMPROVA és un projecte innovador que involucra adolescents, famílies, professorat i centres educatius per promoure una comunitat educativa més saludable. Mitjançant una plataforma digital interactiva, el projecte pretén oferir eines pràctiques i materials adaptats a les necessitats reals dels estudiants, dissenyats en col·laboració amb grups de joves i professionals.

Els objectius d'IMPROVA són:

- Promoure la salut mental i el benestar dels estudiants.
- Detectar de manera precoç possibles problemes de salut mental abans que esdevinguin greus.
- Prevenir trastorns de salut mental comuns mitjançant estratègies efectives i basades en l'evidència.
- Fomentar un entorn escolar més inclusiu, saludable i respectuós.

Aquest any, el nostre centre participa com a part del grup de control, responent una sèrie de qüestionaris que ajudaran els investigadors a entendre millor el benestar emocional dels adolescents. Aquesta col·laboració és essencial per garantir la solidesa científica del projecte i avaluar l'impacte de la plataforma.

I el curs vinent?

A partir del curs 2024-2025, el nostre alumnat tindrà accés directe a la plataforma digital IMPROVA, un recurs innovador amb més de 20 temes relacionats amb el benestar emocional i personal, com ara:

- Gestió de l'estrès i l'ansietat.
- Autoestima i confiança personal.
- Relacions saludables i resolució de conflictes.

A més, la plataforma inclourà activitats interactives i eines pràctiques que ajudaran els adolescents a desenvolupar estratègies per fer front als reptes emocionals del dia a dia.

IMPROVA és una gran oportunitat per contribuir a un canvi significatiu en la manera com les escoles promouen la salut mental i el benestar de tota la comunitat educativa.

Per a més informació, visiteu el web del projecte: www.improva-project.eu/ca