



**MH4HRM**  
Mental Health for Human Resources Managers

## NEWSLETTER n. 2

### Últimas noticias sobre nuestro viaje



2023-1-ES01-KA220-VET-000154369

#### Reforzar el bienestar mental en RRHH: Actualizaciones clave de MH4HRM

Mientras continuamos con nuestra misión de dotar a los profesionales de RRHH de las herramientas y los conocimientos necesarios para promover el bienestar mental en el lugar de trabajo, nos complace compartir los últimos avances del proyecto MH4HRM. Esto es lo que hemos estado haciendo:

- **Desarrollo de un programa de formación e-learning adaptado a los profesionales de RRHH**, que garantiza un intercambio de conocimientos accesible y práctico. El programa de formación ofrece módulos por áreas, divididos en:
  1. Fomento de la salud mental en el lugar de trabajo
  2. Estrés laboral: factores de riesgo y consecuencias
  3. Habilidades técnicas y sociales
  4. Gestión del estrés e intervenciones.

#### Reunión transnacional de proyectos en Zagreb

Los días **24 y 25 de septiembre**, nuestro consorcio se reunió en **Zagreb (Croacia)** para celebrar una reunión transnacional del proyecto. Esta colaboración en persona nos permitió debatir los avances, alinear estrategias y asegurarnos de que estamos en el buen camino para obtener resultados impactantes. Estas reuniones son cruciales para fomentar asociaciones sólidas y perfeccionar nuestro enfoque de la salud mental en el lugar de trabajo.

#### Paquete de trabajo 2: ¡Casi terminado!

Nos enorgullece anunciar que el **Paquete de Trabajo 2 (WP2)** está casi terminado. Esta fase se ha centrado en sentar las bases de la formación en RRHH abordando elementos clave como:

- **Directrices para la igualdad de género y la inclusión** en los contenidos de formación.
- **Evaluación de factores clave, herramientas y mejores prácticas** para comprender y gestionar la salud mental en el trabajo.
- **Identificación de las competencias técnicas y sociales esenciales para que los profesionales de RRHH** gestionen eficazmente la salud mental en el lugar de trabajo.

#### Avanzando: Comienza el paquete de trabajo 3

Una vez concluido el paquete de trabajo 2, hemos puesto en marcha el paquete de trabajo 3 (WP3). Esta **próxima fase** se basará en nuestro marco de investigación y formación, y nos acercará al desarrollo de herramientas y estrategias prácticas para ayudar a los responsables de RRHH a fomentar un lugar de trabajo mentalmente saludable.

#### Reserva la fecha: Próxima reunión del Proyecto Transnacional

De cara al futuro, nuestra próxima Reunión Transnacional del Proyecto está prevista para los días **20 y 21 de mayo en Atenas, Grecia**. Esta reunión se centrará en el desarrollo continuo de nuestros resultados y en seguir reforzando la colaboración entre los socios.

Estate atento/a a más actualizaciones mientras seguimos trabajando por un entorno laboral más saludable e integrador.

[www.mh4hrm.eu](http://www.mh4hrm.eu)

