



MH4HRM
Mental Health for Human Resources Managers



Co-funded by
the European Union

2023-1-ES01-KA220-VET-000154369

NEWSLETTER N. 4

ΤΕΛΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ & ΜΑΚΡΟΠΡΟΘΕΣΜΗ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΜΗ4HRM

Από την Ευαισθητοποίηση στη Δράση: Η συμβολή του ΜΗ4HRM στην Ψυχική Υγεία στον Χώρο Εργασίας

Καθώς το έργο ΜΗ4HRM φτάνει στο τέλος του, είμαστε περήφανοι που μπορούμε να αναλογιστούμε τη διαδρομή, τα επιτεύγματα και τον αντίκτυπο που δημιουργήθηκε κατά τη διάρκεια των τελευταίων 30 μηνών.

Η ψυχική υγεία έχει εξελιχθεί σε μία από τις σημαντικότερες προκλήσεις στους χώρους εργασίας σε όλη την Ευρώπη. Παρόλο που οι οργανισμοί αναγνωρίζουν ολοένα και περισσότερο τη σημασία της, πολλοί εξακολουθούν να στερούνται των εργαλείων, της γνώσης και των δομημένων προσεγγίσεων που απαιτούνται για να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τους εργαζομένους και να ανταποκριθούν σε προκλήσεις ψυχικής υγείας. **Αυτό ακριβώς το κενό επιδίωξε να καλύψει το ΜΗ4HRM.**

Το ΜΗ4HRM ένωσε εταίρους από την **Ισπανία, την Πορτογαλία, την Ιταλία, την Ελλάδα και την Κροατία** στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ KA220-VET, με στόχο να ενδυναμώσει επαγγελματίες ανθρώπινου δυναμικού με πρακτικές δεξιότητες, γνώσεις και εργαλεία για την καλύτερη διαχείριση θεμάτων ψυχικής υγείας στο εργασιακό περιβάλλον.

Ακολουθώντας την προσέγγιση **Κατανόηση → Ενδυνάμωση → Εξοπλισμός**, το έργο ανέπτυξε ένα πρακτικό μαθησιακό οικοσύστημα που περιλαμβάνει:

- Ένα διαδικτυακό πρόγραμμα εκπαίδευσης διάρκειας 60 ωρών
- Μία ψηφιακή εκπαιδευτική πλατφόρμα
- Βίντεο microlearning και podcasts
- Κοινότητες πρακτικής
- Πρακτικά εργαλεία και πόροι για τον χώρο εργασίας

Βασικό ορόσημο του έργου ήταν η πιλοτική φάση, κατά την οποία περισσότεροι από 100 επαγγελματίες ανθρώπινου δυναμικού δοκίμασαν την πλατφόρμα και το εκπαιδευτικό υλικό σε πραγματικά οργανωσιακά περιβάλλοντα σε όλες τις χώρες των εταίρων.

Οι συμμετέχοντες ανέδειξαν:

- Εύκολη πλοήγηση και προσβασιμότητα
- Πρακτικό και εφαρμόσιμο περιεχόμενο
- Βελτιωμένη κατανόηση των θεμάτων της ψυχικής υγείας στην εργασία

- Μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στην αντιμετώπιση καταστάσεων ψυχικής υγείας

Η εκπαίδευση συνέβαλε επίσης στην **προώθηση οργανωμένων παρεμβάσεων των HR, στην ενίσχυση προσεγγίσεων πρόληψης και στη μείωση του στίγματος γύρω από την ψυχική υγεία στον χώρο εργασίας.**

Τελικές Συναντήσεις στην Μπολόνια

Για την ολοκλήρωση των δραστηριοτήτων του έργου, οι εταίροι του ΜΗ4HRM συναντήθηκαν στην Μπολόνια της Ιταλίας, στις 7 Μαΐου, για την τελική Διακρατική Συνάντηση Έργου, η οποία φιλοξενήθηκε από το Πανεπιστήμιο της Μπολόνια.

Η συνάντηση αποτέλεσε μια ευκαιρία να εξεταστούν τα τελικά στάδια του έργου, να συζητηθούν οι δραστηριότητες διάδοσης και να γίνει ανασκόπηση του αντίκτυπου που επιτεύχθηκε σε όλη αυτή την ευρωπαϊκή συνεργασία.

Το συνέδριο παρουσίασε τα κύρια αποτελέσματα, τα εργαλεία και τους εκπαιδευτικούς πόρους του έργου, ενώ παράλληλα δημιούργησε έναν αξιόλογο χώρο για ανταλλαγή εμπειριών, ιδεών και καλών πρακτικών σχετικά με την ευεξία, την ηγεσία και την ψυχική υγεία στην εργασία.

Μια Βιώσιμη Κληρονομιά

Παρόλο που το έργο ολοκληρώνεται, τα αποτελέσματα και ο αντίκτυπος του ΜΗ4HRM θα συνεχίσουν να υφίστανται πέρα από τη διάρκειά του. Η πλατφόρμα και το περιεχόμενό της θα παραμείνουν διαθέσιμα διαδικτυακά στη διεύθυνση:

www.mh4hrm.eu

Τα εργαλεία, οι μεθοδολογίες και οι ψηφιακοί πόροι που αναπτύχθηκαν μέσω του έργου έχουν σχεδιαστεί ώστε να είναι βιώσιμα, αξιοποιήσιμα και εφαρμόσιμα σε διαφορετικούς τομείς και χώρες.

Η ενδυνάμωση των HR είναι ενδυνάμωση των ανθρώπων

Ενδυναμώνοντας τους επαγγελματίες ανθρώπινου δυναμικού, το ΜΗ4HRM συμβάλλει στη δημιουργία υγιών, συμπεριληπτικών και ανθεκτικών χώρων εργασίας σε όλη την Ευρώπη.

