



¿POR QUÉ NECESITAMOS MH4HRM?

La salud mental se ha convertido en uno de los **principales retos** en los entornos laborales de toda Europa.

Aunque las organizaciones reconocen cada vez más la importancia del bienestar de las personas trabajadoras, muchas empresas **siguen careciendo de:**

- ✓ Enfoques estructurados
- ✓ Estrategias orientadas a la prevención
- ✓ Herramientas y protocolos prácticos
- ✓ Profesionales de RRHH formados en gestión de la salud mental

MH4HRM se creó para cubrir esta brecha y capacitar a los equipos de RRHH con conocimientos prácticos, competencias y recursos digitales innovadores.

¡MANTENTE ATENTO/A!



www.mh4hrm.eu



El contenido de esta publicación refleja únicamente las opiniones de los autores, es decir, las de los socios del proyecto MH4HRM. La Comisión Europea no se responsabiliza del uso que pueda hacerse de la información que contiene.



Kit de herramientas de salud mental para responsables de Recursos Humanos en el ámbito laboral.

De la concienciación a la acción:



30 Meses de Cooperación Europea



5 Países Participantes

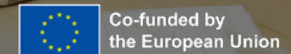


Más de 100 Profesionales de RRHH Implicados



Ecosistema Innovador de Aprendizaje Digital

Apoiando a los profesionales de RRHH para construir entornos de trabajo más saludables, inclusivos y resilientes en toda Europa.



El contenido de esta publicación refleja únicamente las opiniones de los autores, es decir, las de los socios del proyecto MH4HRM. La Comisión Europea no se responsabiliza del uso que pueda hacerse de la información que contiene.

NUESTRO ENFOQUE



MH4HRM desarrolló un ecosistema completo de aprendizaje diseñado específicamente para profesionales de RRHH y organizaciones.

Programa e-learning de 60 horas

Formación centrada en:

- Promoción de la salud mental
- Gestión del estrés
- Riesgos psicosociales
- Competencias técnicas y habilidades blandas
- Estrategias de prevención e intervención

Plataforma digital de aprendizaje

Plataforma accesible y fácil de usar que incluye:

- Itinerarios formativos estructurados
- Recursos interactivos
- Herramientas de seguimiento del progreso

Recursos de aprendizaje innovadores

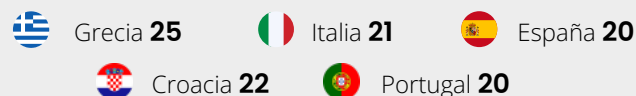
- Vídeos de microlearning
- Pódcasts
- Herramientas prácticas para el entorno laboral
- Comunidades de práctica

Todos los recursos se diseñaron para ser **prácticos, accesibles y directamente** aplicables en entornos organizativos reales.

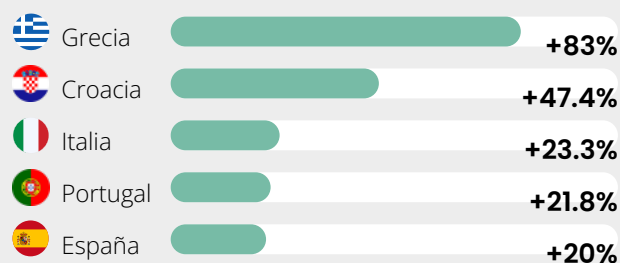
EL PROYECTO EN CIFRAS

Prueba de las herramientas en organizaciones reales

Más de 100 profesionales de RRHH probaron la plataforma y los recursos formativos de MH4HRM.



Aumento de la Autoconfianza tras la Formación



Lo que dijeron las personas participantes

“

Práctico y aplicable.

“

Muy relevante para la realidad de RRHH.

“

Ayuda a reducir el estigma en torno a la salud mental.

Eventos en toda Europa

Más de 200 personas participantes alcanzadas en toda Europa a través de 5 eventos multiplicadores.

Los eventos reunieron a:



UN LEGADO SOSTENIBLE

Aunque el proyecto **está llegando a su fin**, el impacto de MH4HRM continuará más allá de su

La plataforma, las metodologías y los recursos digitales desarrollados están diseñados para ser:

- ✓ Sostenibles
- ✓ Transferibles
- ✓ Escalables entre sectores y países

La plataforma MH4HRM y sus recursos seguirán **disponibles en línea** para profesionales de RRHH, organizaciones, estudiantes y otras partes interesadas en la salud mental y el bienestar en el trabajo.

EMPODERAR A RRHH ES EMPODERAR A LAS PERSONAS

Al reforzar el papel de los profesionales de RRHH, MH4HRM contribuye a construir:

- ✓ Entornos laborales más saludables
- ✓ Organizaciones más inclusivas
- ✓ Culturas de prevención más sólidas
- ✓ Entornos de trabajo más resilientes en toda Europa

Los eventos multiplicadores **contribuyeron a:**

- ✓ Mayor sensibilización sobre la salud mental
- ✓ Implementación de estrategias preventivas y de bienestar en las organizaciones
- ✓ Mejorar el conocimiento sobre herramientas y recursos prácticos
- ✓ Intercambio de experiencias y buenas prácticas
- ✓ Incrementar la motivación para crear entornos de trabajo más inclusivos