



# BeMind

Just remind to BeMind

COLEGIO: Liceo Francés de Castilla y León  
CURSO: 1º de Bachillerato

INTEGRANTES DEL GRUPO:

Martina Casado, Paula Cristóbal, Valentina Villa y Javier Geijo

# PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

Just remind to BeMind



En nuestro grupo, desde el momento en el que empezamos el proyecto de innovación, pensamos en algo relacionado con la salud mental y los jóvenes. Un tema muy importante y que nos preocupa mucho. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 19 años padece un trastorno mental. La **depresión** o la **ansiedad** se encuentran entre las principales causas de estas enfermedades. Infravalorar los trastornos de salud mental, no saberlos detectar a tiempo, o caer en la estigmatización de los que lo padecen, puede tener consecuencias muy graves, que se extiendan a la edad adulta, perjudiquen la salud física y mental de la persona y restrinjan sus posibilidades de llevar una vida plena.

La **adolescencia** es una etapa de cambios, tanto emocionales como sociales. Es por eso que los adolescentes estamos más expuestos a padecer enfermedades mentales, somos más vulnerables, y es la razón por la que quisimos centrar nuestro proyecto en los jóvenes. Estamos preocupados por nuestra generación, que cada vez está más expuesta a estos problemas, muchas veces debido al mal uso y/o abuso de las redes sociales, al ritmo de vida, pero sobre todo, a la falta de educación emocional.

## HAY QUE ACTUAR CUANTO ANTES Y RÁPIDO.

Nuestro proyecto consiste en crear una **plataforma, un espacio seguro**, en el que jóvenes, profesionales y educadores puedan **interactuar** y **encontrar recursos** con el objetivo de que los jóvenes se sientan **escuchados**, reciban **información**, y el **apoyo** y **ayuda** que necesiten.

Esta plataforma pretende prevenir, reconocer, valorar, tratar y seguir todo lo relacionado con la salud mental de los jóvenes. Es decir, trabajar el antes, el durante y el después. La plataforma facilitará por lo tanto el reconocimiento, la aceptación y el tratamiento de los trastornos de salud mental de los jóvenes.