

Actividades clave:

- **Crear y actualizar recursos para que los jóvenes sean capaces de “auto ayudarse”**

Hacemos recursos online, desde guías con trucos para un mal día, hasta temas más delicados, como un vídeo para ayudarte a controlar un ataque de pánico, o un artículo para informarte sobre servicios de ayuda cerca tuyo y líneas de emergencia.

- **Gestionar la página web**

Nos encargamos de gestionarla, para proteger los datos de todo el mundo. También programamos el sitio para que se genere una frase distinta cada día para reflexionar, la cual es lo primero que ves según entras a la web.

- **Ofrecer servicio premium de apoyo psicológico**

Organizamos sesiones online con psicólogos en prácticas a un precio accesible para que estén al alcance de todos.

- **Promocionar el proyecto**

Nos daremos a conocer a los jóvenes mediante las redes sociales, haciendo anuncios originales y que llamen la atención, pero a la vez haciéndoles pensar en la importancia de la salud mental